

**Методические рекомендации
по развитию системы психокоррекционной работы, нацеленной на
профилактику агрессии, развитие умений социального взаимодействия,
рефлексии, саморегуляции, формирование навыков толерантного поведения и
межличностных отношений**

Содержание

1. Анализ ситуации по вопросу развития системы психокоррекционной работы, нацеленной на профилактику агрессии, развитие умений социального взаимодействия, рефлексии, саморегуляции, формирование навыков толерантного поведения и межличностных отношений.

2. Рекомендации по развитию системы психокоррекционной работы, нацеленной на профилактику агрессии, развитие умений социального взаимодействия, рефлексии, саморегуляции, формирование навыков толерантного поведения и межличностных отношений.

3. Рекомендации по проведению коррекционной работы.

Анализ ситуации по вопросу развития системы психокоррекционной работы, нацеленной на профилактику агрессии, развитие умений социального взаимодействия, рефлексии, саморегуляции, формирование навыков толерантного поведения и межличностных отношений.

Министерством по делам молодежи Республики Татарстан совместно с Государственным бюджетным учреждением «Республиканский центр молодежных, инновационных и профилактических программ «Навигатор» проведен анализ нормативно-правовых актов, регламентирующих деятельность психологов, педагогов-психологов, работающих в сферах образования, социальной защиты, здравоохранения и молодежной политики.

Необходимо отметить, что психокоррекционная работа выполняется специалистами всех ведомств, указанных выше в соответствии с ведомственными нормативными документами:

в учреждениях образования – стандарт профессиональной деятельности «педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утвержден Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514 н.;

в учреждениях социальной защиты - стандарт профессиональной деятельности «психолог» (психолог в социальной сфере) утвержден Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 ноября 2013 г. №682н;

в учреждениях здравоохранения - проект профессионального стандарта «медицинский психолог», проект профессионального стандарта «нейропсихолог»;

в учреждениях молодежной политики - стандарт качества выполнения муниципальной работы «Оказание информационной и психологической помощи, в том числе по телефону» утвержден приказом Министерства по делам молодежи Республики Татарстан от 16.12.2020 г. № 316.

В тоже время, различаются целевые аудитории, с которыми ведется этот вид деятельности, а также случаи, в которых она проводится:

№ п/п	Наименование должности	Целевая аудитория	Основная цель профессиональной деятельности	Вид деятельности, связанный с психокоррекцией
	Педагог-психолог образования	воспитанники дошкольных образовательных организаций, обучающиеся организаций общего образования, обучающиеся СПО, воспитанники детских домов, клиенты психологических центров и служб сферы образования	сохранение психического, соматического и социального благополучия обучающихся и воспитанников в процессе обучения и воспитания в образовательных организациях	коррекционно-развивающая работа с детьми и обучающимися, в том числе работа по восстановлению и реабилитации; -психологическая диагностика детей и обучающихся
	Психолог социальной защиты	семьи, находящиеся в социально опасном положении; семьи, стоящие на социальном обслуживании (по договору); лица с ОВЗ; воспитанники приютов и детских домов; пожилые лица, постоянно проживающие на территории домов интернатов для престарелых; лица без определенного места жительства; беженцы; маргиналы; подростки с делинквентным поведением	профилактика и психологическая коррекция негативных социальных проявлений в поведении социально уязвимых слоев населения и лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации;	групповая психокоррекция и консультативная работа (тренинги, психологические школы, семинары, клубы и т.п.)
	Медицинский психолог здравоохранения	все возрастные группы и категории населения, являющиеся пациентами организаций здравоохранения, медицинский персонал организаций здравоохранения	поддержание и восстановление психического и соматического здоровья	психокоррекционная работа
	Педагог-психолог молодежной политики	дети и молодежь в возрасте от 14 до 35 лет, их родители, законные представители, выступающие в интересах детей 14-18 лет	оказание доступной и качественной психологической помощи, в том числе по телефону. Профилактика асоциального и	психологическая коррекция

			деструктивного поведения детей и молодежи.	
--	--	--	--	--

В рамках реализации Концепции и Комплексного плана в 2020 году отделом психологического сопровождения Министерства по делам молодежи Республики Татарстан совместно с Ресурсным центром координации деятельности психологических служб в Республике Татарстан «Ориентир» Государственного бюджетного учреждения «Республиканский центр молодежных, инновационных и профилактических программ «Навигатор» (далее - Ресурсный центр «Ориентир») был организован второй мониторинг актуального состояния системы психологической помощи населению в Республике Татарстан. Мониторинг актуального состояния в 2020 прошли 1401 специалист психологических служб Республики Татарстан, в том числе 1104 педагогов-психологов, работающих в учреждениях, подведомственных Министерству образования и науки Республики Татарстан, 98 специалистов психологических служб системы Министерства по делам молодежи Республики Татарстан, 130 специалистов Министерства здравоохранения Республики Татарстан и 136 специалистов организаций, подведомственных Министерству труда, занятости и социальной защиты Республики Татарстан.

На основе проведенного анализа ответов, полученных от психологов, педагогов-психологов разной ведомственной принадлежности в Республике Татарстан были получены следующие результаты:

- специалисты в своей работе используют психокоррекционные методики, рекомендованные непосредственно ведомствами;
- есть потребность в обновлении вышеуказанных методик, а также организации их использования в электронном виде;
- требуется более широкая супервизионная работа по различным направлениям.

2. Рекомендации по развитию системы психокоррекционной работы, нацеленной на профилактику агрессии, развитие умений социального взаимодействия, рефлексии, саморегуляции, формирование навыков толерантного поведения и межличностных отношений на уровне муниципального образования

Министерством по делам молодежи Республики Татарстан совместно с Государственным бюджетным учреждением «Республиканский центр молодежных, инновационных и профилактических программ «Навигатор» на основании анализа, приведенного выше, предлагает регулярно проводить следующие мероприятия:

- а. организовывать работу психологов, педагогов-психологов в соответствии с ведомственными нормативными правовыми документами;
- б. использовать рекомендуемый ведомствами инструментарий в соответствии с потребностями ведомственных психологических служб;

с. регулярно организовывать повышение квалификации специалистов ведомственных психологических служб по различным направлениям и видам деятельности, включая психокоррекцию;

д. рекомендовать организовать прохождение психологами, педагогами-психологами ведомственной и межведомственной супервизии в сложных случаях;

е. рассмотреть возможность обеспечения современными психокоррекционными методиками психологов, педагогов-психологов, работающих в муниципальных учреждениях, в том числе электронных.

Дополнительно направляем методические рекомендации, подготовленные специалистами Ресурсного центра «Ориентир» для использования в работе, а также рекомендуемый список литературы.

3. Рекомендации по проведению коррекционной работы

Содержание

3.1. Рекомендации по формированию навыков саморегуляции и толерантного поведения в межличностных отношениях для детей и для взрослых, в том числе родителей.

3.2. Рекомендации для проведения психокоррекционной работы с подростком, попавшим под влияние деструктивного контента интернет сообществ.

3.3. Рекомендации по профилактике дезадаптивного поведения несовершеннолетних с помощью психокоррекционной работы.

3.4. Рекомендуемая литература.

Методические рекомендации предназначены для специалистов различной ведомственной принадлежности (педагогов-психологов, социальных работников, специалистов по работе с молодежью), а также организаций, которые осуществляют образовательную и профилактическую деятельность.

Рекомендации по проведению коррекционной работы нацелены на профилактику агрессии, развития навыков социального взаимодействия, саморегуляции, рефлексии и толерантного поведения в межличностных отношениях для детей, взрослых и специалистов.

3.1. Рекомендации по формированию навыков саморегуляции и толерантного поведения в межличностных отношениях для детей и для взрослых, в том числе родителей

Проблема саморегуляции личности является одной из актуальных проблем в настоящее время. Это связано с условиями жизни и с ее стремительным темпом развития, переизбытком информации и невозможностью эту информацию переработать или отфильтровать. Навыки саморегуляции и умение управлять своим эмоциональным состоянием, своим поведением зависят от многих факторов, основными из которых являются умение анализировать свои эмоции и чувства, умение замечать перемены в своем поведении и понимать причины этих изменений, умение отделять проблему от личности и т.д.

Основные способы саморегуляции и управления своим эмоциональным состоянием могут определяться тремя глобальными способами, выделенные К.Изардом:

– моторная регуляция (предполагает использование физической активности как способа разрядки эмоционального напряжения, происходит работа с телом (мышечная релаксация (йога, массаж, прогулка и т.д.) или активация (бег, спортивные игры, велосипедные прогулки и т.д.), работа с дыханием и иные виды физической активности);

Эффективным упражнением с дыханием является техника при проживании эмоций гнева и раздражения. Мы часто в гневном состоянии забываем выдыхать, потому что все наше тело активизируется и все его ресурсы направлены на попытки справиться со стрессом, поэтому необходимо делать нормальный выдох, для нормализации состояния бывает достаточно глубоко выдохнуть, задержать дыхание так долго, как это возможно, сделать несколько глубоких вдохов, выдохнуть и снова задержать дыхание. После же сделать дыхание, где на 4 счета вы вдыхаете, на 4 счета задерживаете дыхание, на 6 счетов выдыхаете и 4 счета задерживаете дыхание и такой цикл необходимо делать в течение 2-5 минут, что будет способствовать нормализации эмоционального состояния.

– когнитивная регуляция (связана с использованием внимания и мышления для подавления нежелательной эмоции или установления контроля над нею, здесь начинается осознанная работа по отвлечению от эмоциогенного события, переключение на иные виды деятельности с целью взять паузу и проанализировать ситуацию). Например, эффективным является применение техники позитивного мышления – «..., зато...», которая помогает находить позитивные моменты в трудных жизненных ситуациях.

Также важно помнить о правиле СТОП – не принимать решения и стараться сделать паузу, если вы Сердиты, Тревожны, Одиноки и Подавлены – так как в эмоциональном состоянии человек принимает не самые лучшие решения.

Также важным является умение анализировать свое состояние путем задавания себе вопросов: Почему я это чувствую? Откуда берут начало мои чувства? На кого именно я злюсь/раздражаюсь/бешусь/и т.д.? Для чего я это делаю? Что мне это дает? Дает ли мне это что-то еще, может быть что-то, о чем я не так охотно готов признаться самому себе? И т.д.

– посредством другой эмоции (предполагает осознанные усилия, направленные на активизацию противоположной испытываемой эмоции. Особенность применения техник из этой категории позволяет человеку осознанно проговаривать утверждения и аффирмации следующего рода: «мне нравится моя работа, и я выполняю ее хорошо», что позволяет «войти» в предполагаемое и желаемое состояние).

Заранее человек может составить два списка: первый оформить в форме цветка с лепестками/дерева/схемы/списка/и т.д., где необходимо выписать 5 своих лучших качеств, то чем вы гордитесь в себе. Второй список составляется из ситуаций, которые вы смогли преодолеть и расписать каким образом вы смогли

добиться конструктивного разрешения. Оба списка важно оставить на видном, для вас месте, чтобы визуально к нему возвращаться, не забывать о нем.

При саморегуляции основную роль отводят осознанности личности, например, осознанное привлечение других людей (например, психолога, участие в групповой работе и т.д.). А также она может быть отработана с помощью прослушивания музыкальных композиций, просмотров фильмов, посещение театров, музеев, выставок, участие в мастер-классах по живописи, лепке и т.д. в зависимости от интересов личности.

Важно понимать, что подходы к формированию навыков саморегуляции у взрослого человека и у подростка разные, в силу возрастных особенностей, физиологических процессов, наличия определенного социального опыта и развития когнитивной сферы личности. Однако основным моментом в формировании навыков у подростков играет личный пример значимого взрослого и окружения ребенка.

Подростки характеризуются такими индивидуально-психологическими особенностями, как повышенная возбудимость, импульсивность, неуравновешенность в ситуации конфликта или стресса, что может привести к необдуманным поступкам и в крайних случаях к агрессивному поведению. В подростковом возрасте, чем в большей степени сформирована потребность в осознанном планировании деятельности, тем больше потребность продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, поэтому можно выделить следующие рекомендации для выстраивания конструктивного взаимодействия и формирования навыка коммуникативной компетенции:

1. В подростковом возрасте на первый план выходит потребность реализовать себя, потребность в признании и поиске сфер общественной деятельности, которые помогут реализовать эти потребности, поэтому важно предлагать ребенку разные виды деятельности: посещение спортивных, музыкальных, театральных кружков и т.д., в зависимости от потребности. Причем, отсутствие такой возможности очень часто приводит к социальной неадаптированности и правонарушениям.

2. Для выстраивания конструктивного взаимодействия важно научить ребенка понимать и признавать существование другой точки зрения, иных норм и правил поведения.

3. Развивать навыки ассертивного поведения, что представляет собой умение самостоятельно регулировать свое поведение и нести ответственность за него, способность и умение человека конструктивно защищать свои права и интересы, достигать целей, не унижая других людей и не нарушая их права. Данный навык складывается из развития многих составляющих: чувства эмпатии, сострадания, искренности, в то же время строгости, объективности, умение аргументировать и конструктивно отстаивать свое мнение, а также анализировать свой прошлый опыт и модифицировать его в настоящем.

Все эти навыки отбатываются практическим путем отыгрывания ситуаций в рамках психологических тренингов, а также в повседневной жизни с последующим

объяснением ребенку, находящегося в трудной ситуации, разных способов ее конструктивного решения, избегая осуждения, недоверия, оскорбления и унижения.

Обучение асертивности - эффективный способ воспитания у детей стремления сопротивляться давлению сверстников, не выполнять те требования, которые они считают неправильными или опасными.

Чаще задавайте себе вопрос: «Что я сейчас делаю и хочу ли я это делать?».

Также можно использовать следующие техники:

1. Технология «Игра в туман» формирует способность спокойно воспринимать критику в свой адрес, признавать ошибки как вполне возможные, на которые указывает оппонент. «Игра в туман» позволяет не реагировать на критику обеспокоенностью или необходимостью защищаться.

2. Технология «Заигранная пластинка» способствует развитию умений человека спокойно повторять снова и снова без объяснений причин те суждения, которые, по его мнению, верны и способствуют достижению целей совместной деятельности и исключают возможность манипулирования друг другом.

3. Технология «Разумный компромисс» способствует формированию готовности к компромиссу без ущемления собственных интересов, желаний, чувств. Ко всем применяемым на практике технологиям психокоррекции предъявляются такие требования, выполнение которых обеспечивало бы психологическую эффективность и относительно быстрый психокоррекционный эффект.

Исследования показывают, что в подростковом возрасте сформирована потребность выделять значимые условия для достижения целей, что зависит от адекватности оценки результатов своей деятельности и своего поведения, а также от способности перестраивать, вносить коррективы в систему саморегуляции при изменении внешних и внутренних условий.

Таким образом, чем сильнее выражена потребность в осознанном планировании деятельности, тем больше формируется потребность продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей.

Однако имеется противоречие, что чем более выражена у подростков потребность продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, тем они более зависимы от ситуации и мнения окружающих людей, а также склоны приписывать важное значение внешним обстоятельствам.

Таким образом, отметим, что в подростковом возрасте проявляются такие качества личности как настойчивость, упорство в достижении цели, умение преодолевать препятствия и трудности, способность к целенаправленной волевой деятельности и только от взрослого окружения подростка будет зависеть, в какую сторону эти усилия будут направлены – в деструктивные проявления или в конструктивное взаимодействие.

3.2. Рекомендации для проведения психокоррекционной работы с подростком, попавшим под влияние деструктивного контента интернет сообществ

Цель работы – максимальное сокращение рисков для здоровья участников деструктивных сообществ и окружающих лиц, а также недопущение вовлечения их в совершение противоправных деяний.

1. Анализ профиля в социальной сети с привлечением к мониторингу муниципальных кибердружин с целью выявления деструктивного направления и степени включенности в него.

Объекты изучения:

- изображения;
- аудио-объекты;
- видео-контент;
- текстовый контент.

Группы организации контента:

- страница пользователя*;
- страница публичного сообщества;
- страница другого пользователя, находящегося в категории «Друзья» у исследуемого нами субъекта.

2. Определение деструктивного контента.

Основными признаками деструктивности идеологии являются:

- черно-белое деление мира;
- депрессивно-агрессивный взгляд на окружающую действительность;
- представление о том, что общность, с которой человек себя идентифицирует, находится в опасности из-за врагов;
 - восприятие в качестве противника не конкретных людей, а целых категорий лиц, среди которых нет невиновных;
 - поэтапное формирование лояльного отношения к совершению действий общественно-опасного характера.

Для Республики Татарстан наиболее актуальными являются нижеперечисленные деструктивные течения. Все они имеют широкую распространенность в интернет-пространстве:

- криминальное, АУЕ;
- околофутбольное, ультрас, ОФ;
- неонацистское, праворадикальное;
- леворадикальное, анархистское;
- псевдоисламское;
- гендерный радикализм;
- депрессивно-суицидальное;
- шок-контент, колумбайн.

**При работе с подписчиками, относящимися к красной зоне (демонстрирующих максимально рисковое поведение) и при выявлении рисков террористических проявлений, соответствующие материалы незамедлительно передаются в межведомственные рабочие группы по работе с лицами категории особого внимания при антитеррористических комиссиях муниципальных образований и информируется Аппарат антитеррористической комиссии Республики Татарстан.*

3. Выявление наиболее предпочтительного для пользователя формы получения информации (определение преобладающей сенсорной системы) – одна из систем (визуальная, слуховая (аудиальная), кинестетическая (чувственная), дигитальная) чаще всего является пусковой, ведущей. Ведущая система запускает процесс мышления, становится толчком для других ментальных процессов: памяти, представления, воображения. В соответствии с этим, можем выделить форму контента (изображение, аудио-объекты, видео-объекты, текст), которая будет наиболее эффективно восприниматься и усваиваться пользователем, а, следовательно, оказывать наибольшее влияние на пользователя.

4. Выявление иных (ресурсных) интересов пользователя. Увлечения и интересы пользователя, имеющие нейтральный или позитивный нарратив, представляют собой ресурсную зону для дальнейшей коррекционной деятельности, а также эта информация будет способствовать формированию безопасной и информированной среды, способствующей альтернативной самореализации субъекта.

5. Изучение информации из иных источников о ситуации в семье, школе, с группой друзей, фактических обстоятельств и проверка информации о наличии/отсутствии приводов в органы внутренних дел, состоит ли субъект на профилактическом учете, определяется соответствующая степень риска, а также позволяет определить причинно-следственные связи истоков вовлечения в деструктивную направленность.

При наличии оснований информация заносится в сигнальную карту единого банка данных Республики Татарстан о несовершеннолетних, находящихся в социально опасном положении, и их семьях (АИС СОП), для дальнейшей организации профилактической работы в установленном порядке.

6. Сетевая работа (коррекционная работа в виртуальном пространстве):

6.1. Контрконтент – генерация и распространение на пограничных площадках материалов, дискредитирующих радикальные идеологии. Направлен, в первую очередь, на колеблющихся и интересующихся деструктивным направлением пользователей.

6.2. Альтернативный контент – генерация и распространение на деструктивных площадках материалов, по форме максимально приближенных к типичному для идеологического направления контенту, но при этом по содержанию продвигающие позитивные установки. Направлен на уже вовлеченных пользователей.

6.3. Создание специализированных сообществ – реализация предыдущих методов в более масштабном формате, предполагающая разработку и ведение альтернативной площадки для лиц, симпатизирующих определенным деструктивным идеологиям.

6.4. Виртуальные дебаты – ведение споров с участниками деструктивных сообществ на их территории, предполагающие предварительное изучение радикальных идеологий и подготовку банка аргументов. Цель – заложить сомнение

в непоколебимой истинности деструктивных идеологий и продемонстрировать альтернативные пути решения проблем.

6.5. Работа с лидерами мнений – многоуровневый метод, в ходе которого, во-первых, развенчивается героический образ основателя движения. Во-вторых, осуществляется поиск авторитетных для целевой аудитории деструктивных сообществ лиц, для дальнейшего продвижения через них позитивных концепций в этой среде.

6.6. Пиар площадок с альтернативным мнением – работа с ядром деструктивных сообществ, в ходе которой в деструктивные группы закидываются ссылки на профилактические форумы, либо иные материалы подобного содержания.

6.7. Таргетированная реклама – онлайн-реклама альтернативных путей удовлетворения потребностей и решения проблем для целевой аудитории определенных деструктивных идеологий. Метод предполагает предварительное составление типового портрета подписчика тех или иных сообществ.

7. Вовлечение субъекта в альтернативные виды досуговой деятельности с целью создания ситуаций успеха, ресурсной среды.

Важными факторами в данном пункте является:

- организовывать знакомство подростков и молодежи с широким спектром возможностей учреждений дополнительного образования, молодежной политики, вовлечение в разнообразную организованную досуговую деятельность с учетом их индивидуальных особенностей, способностей, актуальных интересов и потребностей. (Следует учитывать, что чрезмерная активность администрации в проведении мероприятий с обязательным участием подростков группы риска может обострить проблему взаимодействия с родителями, а нетактичный контроль за их состоянием воспринят как слежка и недоверие);

- для повышения эффективности индивидуальной работы, охвата возрастной категории старше 18 лет, а также родителей, проведения групповых занятий, тренингов, супервизорской работы психологов всех отраслей, групповой разъяснительной работы с коллективами привлекаются эксперты, спикеры информационно-пропагандистских групп, реализуя принцип единой экспертной вертикали в Республике Татарстан;

- повышение информированности участников процесса о причинах возникновения рисков и мотивации на их предупреждение путем проведения просветительских мероприятий, направленных на формирование психологической и социальной адаптации, гармонизацию эмоциональной сферы личности подростков, повышение статуса обучающихся, родительской компетенции, налаживание отношений в системе «родитель-подросток-педагог»;

- «экологичное» ведение психокоррекционной работы – вовлечение в конструктивные формы занятости с соблюдением принципов «не навреди», использование качественных методических инструкций, текстовых, аудио- и видеоматериалов из проверенных источников, минимализацией внешнего вмешательства и единой точки входа в семью, что требует соответствующей

координации как на уровне коллегиальных органов, так и специалистов, непосредственно контактирующих с группой риска;

- недопустимость обвинительной позиции по отношению к субъекту, в целях профилактики стигматизации субъекта;

- сопровождение субъекта многопрофильными (медицинская, психологическая, педагогическая, юридическая и социальная помощь, направленная на стабилизацию состояния личности, детско-родительских отношений и межличностных отношений со сверстниками) компетентными специалистами в соответствии с выявленными проблемами.

- категорически не рекомендуется предоставление педагогическому коллективу информации о вовлеченности учащихся в негативный контент (во избежание случаев давления со стороны администрации образовательного учреждения и последующего скрывания подростком значимой информации об его психологических проблемах)

- индивидуальная коррекционная работа должна вестись специалистами опорных психологических служб. В образовательной среде основанием для организации дополнительных мер будет являться обобщенная в индивидуальном маршруте социализации информация, без указания источников ее получения, о попадании ребенка в трудную жизненную ситуацию с рекомендациями по возможным направлениям поддержки и сведениям об актуализированных, неудовлетворенных потребностях подростка.

8. Анализ эффективности организации работы.

Критерии:

- улучшение мотивации учащихся группы риска к учебной деятельности, сокращение пропусков, уменьшение академических задолженностей;

- повышение включенности учащихся группы риска в общественную жизнь, посещение кружков дополнительного образования, спортивных, художественных секций и пр., участие в организации мероприятий;

- повышение уровня доверительности отношений с учащимися педагогов и родителей, открытость общения и обсуждения проблем и переживаний;

- прохождение детьми группы риска и их родителями личного и семейного психологического консультирования;

- изменение тональности записей в аккаунтах, дистанцирование от изучения и распространения разрушающего контента.

Таким образом, работа должна быть направлена на профилактику устранения причин, а не борьбу с симптомами.

3.3. Рекомендации по профилактике дезадаптивного поведения несовершеннолетних с помощью психокоррекционной работы

Актуальность: Психологическая профилактика включает в себя предупреждение возникновения явлений дезадаптации детей, просветительскую деятельность, создание благоприятного психологического климата и разработку конкретных рекомендаций педагогическим работникам, родителям по оказанию помощи в вопросах воспитания, обучения и развития.

Коррекционно-развивающая работа предполагает активное воздействие на личность с целью формирования у нее ряда индивидуально-психологических особенностей, необходимых для дальнейшего становления и развития личности.

Цели коррекционно-развивающей работы с детьми определяются пониманием закономерностей психического развития ребенка как активного деятельностного процесса, реализуемого в сотрудничестве со взрослым.

Установление контакта с подростком.

Любую коммуникацию и взаимодействие с трудными подростками необходимо начинать с установления близкого эмоционально-личного контакта, то есть расположить подростка к продолжению и поддержанию общения. Это становится основной задачей на этапе знакомства.

Для достижения этой задачи необходимо наблюдать за эмоциями и эмоциональными состоянием подростка и проговаривать их, с целью снятия первичного напряжения. При общении с подростком использовать роль «ученого», проявляющего интерес к ребенку и желание его понять, что располагает к конструктивному диалогу. Не желательно использование ролей «прокурора», «судьи» или «проповедника». Эти роли приводят к сопротивлению и бесполезным «нападкам» или «уговорам».

Одним из ключевых факторов установления близкого эмоционально-личного контакта будет наличие или отсутствие уважения подростка к собеседнику. Однако, это отношение невозможно навязать или создать в ребенке намеренно, его возможно взрастить через собственное отношение к подростку.

Следует уважать личность подростка: не проявлять надменности, не демонстрировать «силу возраста или опытности». Соблюдать сохранность личных границ: не нарушать границы подростка и не позволять подростку нарушать Ваши границы. Быть честным и искренним с подростком.

Не пытаться общаться с использованием сленга или жаргона, который использует подросток, если он Вам не знаком. В случае, если подросток поймет обман - уважение будет потеряно.

Индикаторы целесообразности коррекционного воздействия.

Важным моментом установления контакта будет определение потребностей подростка. Это выполняет две задачи:

- во-первых, удовлетворение потребности подростка поддерживает интерес подростка в поддержании контакта;
- во-вторых, потребности подростка указывают на индикаторы целесообразности коррекционной работы.

К таким индикаторам О.А. Карабанова относит следующие маркеры необходимости/желательности коррекции:

- нарушение коммуникации в системе отношений «ребенок-взрослый» и «ребенок-сверстники», утрата взаимопонимания, дезинтеграция сложившихся ранее форм общения;
- низкий уровень социальных достижений, значительно расходящийся с потенциально-возможным уровнем развития ребенка;

- поведение, отклоняющееся от социальных норм и требований;
- переживание ребенком состояния эмоционального неблагополучия, эмоциональный стресс и депрессия;
- наличие экстремальных, кризисных жизненных ситуаций;
- аномальные кризисы развития, которые в отличие от нормативных возрастных кризисов:
 - не связаны с завершением цикла развития;
 - не ограничены во времени;
 - носят исключительно разрушительный характер;
 - не создают и не способствуют созданию условий формирования психологических новообразований, знаменующих переход к новому возрастному циклу.

Выявление одного или нескольких индикаторов указывают на целесообразность проведения коррекционной работы, и, тогда встает вопрос о формате ее проведения.

Формат работы: индивидуальный/групповой.

Групповой формат в контексте работы с трудными подростками особенно эффективен, так как он направлен на характерологические нарушения, обуславливающие проблемы в межличностных отношениях, что актуально в данной социальной группе. К таким нарушениям относятся: неадекватный уровень притязаний, эгоцентризм, неустойчивость самооценки, излишняя застенчивость, скованность и неуверенность в общении, тревожно-мнительные черты характера, фобические реакции и т.д.

Однако проведение групповой психокоррекционной работы затруднительно при негативном отношении к ней со стороны подростка или его родителей. Особенно, в случаях явного асоциального поведения подростка (немотивированной физической и/или вербальной агрессии, жестокости, воровстве).

Также затруднительно и даже противопоказано проведение групповой работы с подростком, находящимся в актуальном стрессовом состоянии — депрессии, посттравматическом стрессе, фрустрации, эмоциональном шоке, связанном с потерей близких, катастрофой, тяжелой травмой, насильственными действиями и др.

В этих случаях до помещения подростка в группу необходимо провести курс индивидуальной психокоррекционной работы, и после, в зависимости от содержания и характера трудностей развития, динамики состояния ребенка, принимать решение о переходе к групповому формату работы.

Задачи индивидуальной психокоррекции.

Из вышеперечисленных задач индивидуальной психокоррекционной работы становятся:

1. формирование целей и задач работы;
2. диагностирование степени влияния стрессовой ситуации на эмоциональное состояние и адаптационных ресурсов подростка;

3. выявление потребностей и активизация внутренних ресурсов, формирование ощущения защищенности в этом мире;
4. коррекция ядра и симптомов посттравматического стрессового расстройства при их наличии;
5. проработка критических убеждений путем подталкивания к осознанности и размышлениям;
6. указание на противоречие убеждений и объективных фактов;
7. смещение локуса контроля с внешнего на внутренний;
8. приведение подростка к стабильному психоэмоциональному состоянию;
9. рекомендации для родителей по эмоциональному состоянию подростка в процессе коррекционной работы.

Таким образом, для трудных подростков индивидуальный формат работы помимо непосредственных функций диагностики, психокоррекции и реабилитации берет на себя дополнительную функцию подготовки подростка к этапу групповой работы, который состоится по решению специалиста о готовности самого подростка.

Задачи групповой психокоррекции.

Цель групповой психокоррекционной работы - восстановление психической целостности личности посредством нормализации ее межличностных отношений.

Задачи групповой работы:

1. получить эмоциональную поддержку со стороны группы и психолога, ведущую к ощущению собственной ценности, ослаблению защитных механизмов, росту открытости, активности и спонтанности;
2. научиться искренности в отношении к себе и к другим людям;
3. приобрести навыки более искреннего, глубокого, свободного общения;
4. научиться более точно понимать и вербализовать свои чувства и эмоциональные состояния;
5. осознать оценку окружающими собственными особенностями поведения, эмоционального реагирования, и последствия поведения;
6. осознать особенности межличностного взаимодействия, межличностные конфликты и их причины;
7. закрепить новые модели поведения, способствующие адекватной адаптации и функционированию в реальной жизни.

Основные правила проведения групповой работы.

Групповая форма психокоррекционной работы имеет большой спектр методов решения психокоррекционных задач. Стоит понимать, что специфика каждого метода определяет спектр проблем, решение которых данным методом наиболее оптимально. Именно поэтому рекомендуется комбинировать методы между собой в зависимости от целей, задач и этапов коррекционной работы при составлении программы.

Далее соотнесены методы работы и спектр проблем, которые она наиболее эффективно решает:

Игротерапия/психогимнастика: трудности коммуникации; социальный инфантилизм; трудности произвольной регуляции; нарушения поведения; трудности эмоционального развития; трудности личностного развития; фобические реакции.

Арттерапия: трудности эмоционального развития; эмоциональная депривация детей; повышенная тревожность; наличие конфликтных межличностных отношений в семье; дисгармоничная Я-концепция.

Состав группы один из важных моментов всей психокоррекции в целом, и при ее формировании стоит учитывать следующие факторы:

- степень тяжести и характер проблемы, с которой столкнулись участники группы (чем тяжелее и труднее характер проблемы, тем меньшую группу стоит собирать);
- уровень сформированности навыков, необходимых для работы в группе тем или иным методом (если есть вероятность что подросткам будет сложно в работе тем или иным методом, то лучше выбрать другой);
- возраст подростков (чем младше подростки, тем меньший размер группы стоит выбирать, оптимальное количество в группе 10-16 человек);
- однородность возраста группы (желательно, чтобы возрастная разница составляла не более 1-2 лет, в таком случае это обеспечит однородность возрастных особенностей, актуальных потребностей, интересов и ценностных ориентаций);
- связи между подростками за пределами группы (не рекомендуется включать в группу детей, обращающихся связями за пределами группы, подростки могут продолжать реализовывать неадекватные формы поведения, которые и могли стать источником возникших трудностей).

Композиция группы может быть представлена двумя вариантами:

1. Подбор подростков с похожей или идентичной проблемой - этот вариант эффективен за счет возможности более точно подбирать техники и упражнения (эффективен, например, при работе со страхами и тревожностью).

2. Подбор подростков по принципу дополнения, то есть с разными проблемами - в результате чего подросток имеет возможность наблюдать разные модели поведения сверстников, подражать социально приемлемым формам поведения.

Не рекомендуется.

На протяжении проведения всей психокоррекционной работы с трудными подростками будет не эффективным:

1. спорить о мировоззрении, идеологии, понятиях (убеждать что установки подростка не верны);
2. обращаться к нормам, правилам и законам светского общества, если подросток их не признает;
3. приводить сравниваемые доводы, указывать в пример что-либо критикуемое (не принимаемое/не признаваемое) подростком;
4. разговаривать о противоправности действий, нарушениях и наказании;
5. призывать подростка к признанию вины.

3.4. Рекомендуемая литература

1. Агеева А.Н. Духовно-нравственное воспитание как основа саморегуляции зрелой личности [Текст] / А.Н. Агеева // Журнал Психология и педагогика: Методика и проблемы практического применения. - №19-25.- С.47-51. – 2011.
2. Антилогова Л.Н. Саморегуляция психических состояний личности в подростковый период [Электронный ресурс] // Журнал Вестник Омского университета, Серия: Психология – 2017 №3 – С. 12-23. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30624683>
3. Байдок А. С., Хусаинова Ж. К. Особенности саморегуляции подростков в конфликтной ситуации // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2018 – С. 1–5. – URL: <http://e-koncept.ru/2018/0.htm> (дата обращения: 25.04.2018).
4. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. СПб., 2002.
5. Болотова А.К., Молчанова О.Н. Психология развития и возрастная психология - М.: Государственный университет - Высшая школа экономики (ГУ ВШЭ), 2012.
6. Возрастно-психологический подход в консультирование детей и подростков/ Г. В. Бурменская, Е. И, Захарова, О. А. Карабанова и др. т- М.: «Академия», 2002.
7. Вульфов Б.З., Иванов В.Д. Семья - субъект и объект воспитания // Кн. Общая педагогика. - М.: Проспект, 2000. - 426 с.
8. Герасимова В.В., Бородаева А.Ф. Профилактика асоциального поведения учащихся общеобразовательных организаций: метод. пособие / разработ. В. В. Герасимова, А. Ф. Бородаева – Казань, 2016. – 55 с.
9. Грушин А.С. Технология воспитания асертивного поведения у детей-сирот в условиях детского дома. Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика - № 21
10. Залыгина, Н. А. Аддиктивное поведение молодежи: профилактика и психотерапия зависимостей / Н.А. Залыгина, Я.Л. Обухов, В.А. Поликарпов. - М.: Прописи, 2013. - 196 с.
11. Заслуженюк В.С. Родители и дети. Взаимопонимание или отчуждение. - М.: ТЦ Сфера, 1996. - 188 с.
12. Змановская Е. В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения). -М.:Академия, 2003.
13. Клейберг Ю.А. Социальная работа и коррекция девиантного поведения подростков. - Кемерово: Кузбассвузиздат, 1996. - 304 с.
14. Кондратенко В. Т., Донской Д. И., Игумнов С. А. Общая психотерапия: Рук. для врачей — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Высшая школа, 1999.
15. Почебут Л.Г. Межкультурная коммуникативная компетентность: толерантность или асертивность. - Серия философия. Психология. Педагогика - Т. 27, вып. 2 - 2017.
16. Профилактика отклоняющегося поведения у детей и подростков. Методические рекомендации для социальных педагогов. - Ростов н/Д., 2002.
17. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений/ И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова, Т.

В. Вохмянина; под ред. И. В. Дубровиной. — М.: Издательский центр «Академия», 1998.

18. Саидова Я.М., Абдурахманова П.Д., Идрисова П.Г. Структура и содержание межкультурной компетентности. - Мир науки, культуры, образования. - № 5 (72) – 2018.

19. Синичкина Е. Практическая психология для подростков, или Как научиться любить себя и других / Елена Синичкина. - М.: АСТ-Пресс, 2001. - 304 с.

20. Скурат Г. Подростки. Как помочь им стать настоящими людьми / Галина Скурат. - М.: Речь, 2008. - 128 с.

21. Теоретические, методологические и инструментальные основы сохранения психологического здоровья молодежи и профилактики вовлечения в массовые протестные мероприятия и экстремистские/террористические организации. Научно-методическое пособие/А.М.Карпов и др. – Казань: ИД «МеДДоК», 2019. – 132 с.

22. Тощенко Ж.Т. Фантомы общественного сознания и поведения // Социологические исследования. № 12 - 2004.

23. Филатова М.Н., Волкова Л.В. Отношение молодежи к насилию как средству разрешения межличностных и социальных конфликтов // Психология развития и стагнации личности в рамках современного общества Материалы II Международной научно-практической Интернет-конференции. Система виртуальных конференций Рах Grid; - 2014. -С. 185-196.

24. Фурманов И. А., Аладьин А. А., Фурманова Н. В. Психологическая работа с детьми, лишенными родительской опеки. Книга для психологов. — Минск, 1998.

25. Шейнов В.П. Ассертивное поведение: оценки и свойства. RUSSIAN PSYCHOLOGICAL JOURNAL t 2014 VOL. 11 # 4

26. Шейнов В.П. Взаимосвязи ассертивности с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности. DOI: 10.22363/2313-1683-2018-15-2-147-161 2018 Vol. 15 No. 2 147-161

27. Штомпка П. (2012). Доверие – основа общества. М.: Логос. 450 с.

28. Юрченко, И. В. Подростковая агрессия / И.В. Юрченко. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2012. - 144 с.