



Российский благотворительный фонд  
«Нет Алкоголизму и Наркомании» (НАН)

Городской Центр «Дети улиц»  
Московского Комитета по делам семьи и молодежи

Научно—исследовательский институт наркологии  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

РЕАБИЛИТАЦИОННО-  
ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА

**КЛУБ «ПЕРЕКРЕСТОК»**

Москва 2000 г.

**Авторский коллектив**

Терентьева А.В., Ивашин О.И., Москвичев В.В.

**Под общей редакцией:**

Зыкова О.В., Хананашвили Н.Л.

Издание серии «Работа с детьми группы риска»  
осуществлено при поддержке  
Фонда «Нор-Хау» МИД Великобритании

Серия «Работа с детьми группы риска». Выпуск № 4.  
Реабилитационно-профилактическая  
программа Клуб «Перекресток». М.:  
Российский благотворительный фонд  
«Нет алкоголизму и наркомании» (НАН), 2000. – 80 стр.

ISBN 5-88516-025-2

© Российский благотворительный фонд  
«Нет алкоголизму и наркомании» (НАН), 2000.



***Мы благодарим***

*за совместную работу и поддержку в трудную минуту  
Лапшина Юру и Готлиб Веронику;*

*за опыт совместной работы Молева Евгения,  
Берлизеву Алену,  
Артемьева Артема и даже Лешу;*

*за то, что долго несли на своих плечах  
часть тяжести нашей  
общей работы Сурвилу Андрюса и Островского Илью;*

*за чуткое руководство Закотина Андрея;*

*за сотрудничество Диму Сиды (панк-группа «Тараканы»)  
и Ситдикову Анну  
(Международная Организация Красный Крест);*

*Ассоциацию Юных Лидеров и программу  
«Вызов» за возможность украсть  
у них часть игр и упражнений;*

*всех социальных работников и других сотрудников проекта  
«Право на детство» за то, что были рядом;*

*и самое главное - наших ребят из «Перекрестка» -  
за то, что смогли открыть нам часть себя,  
за то, что они были с нами, а мы с ними.*

## СОДЕРЖАНИЕ

ОБРАЩЕНИЕ ПРЕЗИДЕНТА ФОНДА НАН ЗЫКОВА О.В. К ЧИТАТЕЛЯМ ИЗДАТЕЛЬСКОЙ СЕРИИ «РАБОТА С ДЕТЬМИ ГРУППЫ РИСКА» .....	6
ВВЕДЕНИЕ .....	8
С КЕМ МЫ РАБОТАЕМ .....	13
НАША ИСТОРИЯ, А ТАКЖЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ. ....	20
КРАТКИЙ ОБЗОР ДИНАМИКИ РАЗВИТИЯ КЛУБА .....	36
КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ОСНОВНЫХ ФОРМ РАБОТЫ КЛУБА .....	37
ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЯ .....	40
ТРЕБОВАНИЯ К СОТРУДНИКАМ .....	51
РЕЗУЛЬТАТЫ .....	53
ВЫВОДЫ .....	53
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	54
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	55

## **ОБРАЩЕНИЕ ПРЕЗИДЕНТА ФОНДА НАН ЗЫКОВА О.В. К ЧИТАТЕЛЯМ ИЗДАТЕЛЬСКОЙ СЕРИИ «РАБОТА С ДЕТЬМИ ГРУППЫ РИСКА»**

*Уважаемый коллега!*

Ты держишь в руках один из выпусков издательской серии «Работа с детьми группы риска». В этих монографиях изложен опыт Российского благотворительного фонда «Нет алкоголизму и наркомании» (Фонд НАН) по созданию территориальной модели, состоящей из технологий, направленных на эффективную деятельность различных органов, служб и учреждений в области вторичной профилактики алкоголизма и наркомании среди детей и подростков, которую мы назвали «Реабилитационное пространство для несовершеннолетних группы риска».

Понятие «вторичная профилактика» мы используем в соответствии с классификацией Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), где под первичной профилактикой подразумевается работа с организованными детскими коллективами и общественным сознанием по внедрению идей здорового образа жизни; вторичная профилактика направлена на работу с детьми группы риска; третичная профилактика предполагает работу с химически зависимыми пациентами с целью профилактики рецидива заболевания.

Формируя концепцию реабилитационного пространства для несовершеннолетних группы риска, мы исходили из трех главных принципов:

1. Никакая форма девиантного поведения, включая употребление детьми наркотиков, не может рассматриваться вне контекста иных проблем несовершеннолетнего, и, в силу этой причины, нельзя создать технологию, которая исправляет какую-то одну, отдельно взятую форму девиантного поведения.

2. Наши усилия должны быть направлены на защиту прав абсолютно всех несовершеннолетних; недопустима идея отделить «хороших» детей от «плохих», «плохих» наказать и таким образом

защитить «хороших».

3. Любая реабилитационная технология должна начинаться с доверительного контакта с ребенком, а он возможен только там и тогда, где и когда ребенок сам готов вступить в этот контакт; в приложении к детям группы риска это, прежде всего, улица.

Именно поэтому мы считаем организацию уличной социальной работы наиважнейшим фактором эффективной деятельности реабилитационного пространства. В дальнейшем, основная задача любой технологической цепочки — не потерять то доверие, которое достигается между уличным социальным работником и несовершеннолетним. Для ребенка общение с представителями различных служб реабилитационного пространства должно протекать в едином понятийном ключе.

Реабилитационное пространство можно представить в виде дома, где фундаментом является ювенальное правосудие (правовой аспект реабилитационного пространства), само здание состоит из «кирпичиков» — реабилитационных программ, осуществляемых государственными (муниципальными) и негосударственными учреждениями и службами (организационный аспект реабилитационного пространства), цементируют это здание информационные технологии, обеспечивающие непрерывность пространства реабилитации (информационный аспект реабилитационного пространства).

В предлагаемой издательской серии сделана попытка рассказать, как мы строили это «здание» на территории Юго-Западного административного округа города Москвы, и что у нас из этого получилось. Мы старались быть честными с тобой, уважаемый читатель, и рассказали не только о наших успехах, но и о наших неудачах, описание которых, как нам кажется, не менее ценно при воспроизведении нашего опыта в других условиях или на других территориях, что и является основной целью представленных материалов. Мы убеждены, что внедрение на вашей территории модели реабилитационного пространства для несовершеннолетних группы риска — жизнеспособный и эффективный способ защитить права наших детей, а также создать условия к решению различных социальных проблем, таких как детская наркомания, безнадзорность и беспризорность.

*Реабилитационно-профилактическая программа Клуб «Перекресток» является подсистемой реабилитационного пространства для социально дезадаптированных подростков. Модель такого пространства разрабатывается на базе 5 муниципальных районов ЮЗАО г. Москвы.*

## ВВЕДЕНИЕ

Данный материал является попыткой осмысления практического опыта 10 месяцев работы подросткового клуба. Мы поделимся своими мыслями и чувствами, находками и ошибками, задачами и проблемами. Часть методического пособия - рассказ о том, как мы развивались, какие формы и методы работы органично вплетались в общую структуру, какие нет. Это рассказ о том, как все было хорошо. Может быть, эта часть покажется читателю слишком гладкой - мол, это сделали и это сделали, ребята во всем участвуют, никаких проблем, просто сплошной праздник. Тогда вы сразу открывайте следующую часть (рассказ о том, как все было плохо) - тут мы напишем про все наши трудности и заминки, про те моменты, когда совсем непонятно что делать и кажется, что все мы делаем неправильно и ничего у нас не получится. Ну а тем, кто и так все знает - ничего читать не надо - просто пролистайте приложение - может быть найдете какую-нибудь новую игру, которая пригодится вам в вашей работе с подростками.

Наверное, меньше всего в этой работе вы найдете ответов - вопросов будет несравненно больше. Надеемся на творческий диалог с читателем, который готов искать и пробовать что-то новое, не забывая анализировать пройденный путь - это поможет не повторять уже сделанные промахи и воспользоваться уже найденными удачами.

В данном тексте мы будем использовать следующие термины:

- *социальная дезадаптация* - использование деструктивных для общества и развития личности стратегий самореализации;
- *становление личности* - процесс развития и формирования системы ценностей, личностных смыслов и основанных на них эффективных жизненных стратегий;



- *самореализация личности* - процесс поиска и реализации личностных смыслов и жизненного потенциала;
- *ПАВ* - психоактивные вещества, изменяющие состояние сознания (алкоголь, наркотические вещества, наркотики);
- реабилитационное пространство - территориально и содержательно построенная система взаимоотношений служб и ведомств, направленная на поддержку эффективного развития личности подростка;
- *подросток* - этап развития личности, характеризующийся коренной психофизиологической перестройкой организма, формированием новых адаптационных механизмов;
- *аддиктивное поведение* - употребление ПАВ, которое можно расценивать как предпосылку развития зависимости; употребление ПАВ - устойчивый элемент жизненного пространства подростка;
- *химическая зависимость* - хроническое заболевание, имеющее биологические, психологические, социальные и духовные корни и проявления, заключающееся в зависимости от ПАВ;

### **Итак, что такое клуб «Перекресток»?**

Клуб «Перекресток» представляет собой *реабилитационно-профилактическую программу ориентированную на становление и самореализацию личности социально дезадаптированных подростков в структуре общества социально приемлемыми способами*. Иначе говоря, Клуб «Перекресток» - место, где подросток может почувствовать себя более значимым, где можно научиться новым способам поведения, где можно отдохнуть и почувствовать себя в безопасности.

Корни нашей программы лежат в многолетнем опыте организации системы реабилитационной помощи подросткам с аддиктивным поведением или химической зависимостью и системы профилактической работы с подростками в учебных заведениях. В данном проекте мы решили организовать работу направленную в основном на группу риска - т.е. на подростков, которые в силу определенных обстоятельств своей жизни более других подвержены негативным внешним воздействиям со стороны общества и его

криминальных элементов, что приводит к социальной и психологической дезадаптации.

Наверное для всех очевидно, что сегодня более чем необходимо развитие системы мероприятий по оказанию общей психологической поддержки детей и подростков.

- Во-первых, это помощь в решении тех личностных и социальных проблем которые часто являются причиной начала употребления наркотических веществ и других форм проявления социально-психологической дезадаптации

- Во-вторых, это помощь детям и подросткам в их собственной ментальной борьбе по осознанию ответственности за выбор здорового образа жизни.

- И в-третьих - это создание доверительной и безопасной атмосферы для того чтобы подростки не боялись обращаться за помощью ко взрослым.

Для того, чтобы полноценно использовать интеллектуальный и психологический потенциал имеющихся методических ресурсов и для того, чтобы на практике применить и распространить уже отработанные модели работы, была организована работа по созданию реабилитационно-профилактической программы.

Мы сформулировали такие цели работы:

1. Создание условий для становления социально адаптированной личности.
2. Поиск, апробация и анализ новых эффективных форм и методов работы с подростками.
3. Профилактика химической зависимости у подростков.

Для того, чтобы построить конкретную программу работы мы выделили ряд основных задач:

1. Знакомство подростков с новыми формами поведения
2. Обучение подростков эффективным стратегиям и способам поведения
3. Создание безопасной среды для апробации новых форм поведения и самореализации личности.
4. Знакомство подростка с самим собой
5. Повышение уровня знания подростков о свойствах человеческой психики и личности, механизмах действия психоактивных

веществ, социальных и психологических законах функционирования человека в обществе.

6. Гуманизация системы ценностей подростка

7. Формирование ответственного отношения к личностным выборам.

Конечно, помимо целей и задач, нам надо было понять, что же важно для нас самих или как мы хотим работать. Мы выделили основные принципы нашей работы:

**1. Трезвость.** Использование трезвых способов получения доверия, решения проблем, поведения в стрессовых ситуациях - это то, что важно нам самим и то, чем мы делимся с нашими ребятами.

**2. Подросток он тоже человек.** Подросток имеет право ошибаться, быть несостоятельным в чем-либо, быть не таким как нам бы хотелось. Он имеет право на свой выбор, и только он сам может сделать этот выбор. Мы можем быть рядом, но мы не можем прожить жизнь вместо него и за него. Его жизнь ценна в любом случае.

**3. Добровольность.** Мы можем работать только с тем подростком, который хочет работать с нами. Насильно помочь невозможно.

**4. Мы тоже люди.** Мы тоже имеем право ошибаться, не знать, уставать, изменять свое мнение и решение. Наша жизнь ценна не потому, что мы что-то можем и работаем в такой сложной области - она просто ценна, и мы должны заботиться о себе.

**5. Мы равны и мы вместе.** Мы уважаем подростка и даем ему возможность уважать нас. Мы не выше и не ниже, нам ничего не надо делать, чтобы заслужить уважение, также как и им ничего не надо делать, чтобы заслужить уважение. И мы, взрослые, и они - подростки - такие, какие есть, и мы уважаем и признаем права друг друга. Мы предъявляем одинаковые требования к себе и к подросткам, живем по одинаковым правилам, вместе участвуем в мероприятиях клуба.

**6. «Плохое» поведение** - привычный способ адаптации к среде. Это защита подростка от общества, а не он сам. То, что подросток выдает на поверхность (то, что обычно сводит взрослых с ума - это всего лишь ответная реакция на то, каким является общест-

во по отношению к подростку).

**7. Честность и открытость.** Мы говорим о том, что происходит на самом деле, говорим о своих чувствах. Мы не всегда знаем, как правильно поступить, но почти всегда можем сказать о том, что с нами происходит, и это помогает найти решение.

**8. Поиск.** Пока у нас, да и наверное, ни у кого, нет ответов на вопрос, как правильно работать с подростками. Мы готовы учиться, искать, пробовать, ошибаться и знаем, что, вряд ли когда-нибудь придем к выводу, что теперь мы все знаем, все поняли и все умеем.

**9. Зона ближайшего развития** как принцип выбора форм и методов работы. Мы должны учитывать запросы и возможности ребят для того чтобы выбирать способы взаимодействия с ними.

## С КЕМ МЫ РАБОТАЕМ

### **Подросток - кто он? Особенности подросткового возраста.**

Что значит - быть подростком? Отрочество - это период человеческой жизни, когда все перестраивается и перекраивается, когда рушится все старое и строится новое, когда все ставится под сомнение и с другой стороны во всем есть стопроцентная уверенность. Становясь взрослыми, мы с тоской вспоминаем романтические переживания нашей юности и снисходительно улыбаемся, замечая в наших детях когда-то присущий и нам максимализм и стремление все сделать по своему. Но тогда, в четырнадцать и семнадцать, все было по-настоящему. Мы считали предательство самым большим грехом, первую любовь единственной, а прыщи на лице вызывали мысли о собственной никчемности. Быть подростком - это совсем не просто. Быть подростком - это трудная работа. Это период жизни, когда мы решаем очень многие и, наверное, самые важные задачи, стоящие перед личностью. Я и моя жизнь, Я и другие люди, Я и мир вокруг меня. Подросток должен разобраться со всеми этими отношениями, найти себя и свое место в этой жизни, ощутить свою целостность и способность жить. Массу трудностей, больших и маленьких, он вынужден преодолевать на этом пути, часто оставаясь в одиночестве без какой-либо поддержки со стороны близких людей. Быть подростком - это часто очень опасно, это баланс между желанием жить и умереть, желанием стать или сдаться. Способны ли мы понять подростка и помочь ему в борьбе за здоровое существование? Как нам услышать его и как достучаться до этого чуткого и одновременно жестокого к окружающим человечка, полного стремления покорить этот мир? Каков он - пятнадцатилетний гражданин, как он понимает этот мир и нас с вами заодно?

- Он стремится познать этот мир. Он хочет узнать все, любой ценой и прямо сейчас. Все- потому что не хочет ничего упустить (вдруг это самое главное в жизни). Любой ценой - потому что пока все равно не понятно что сколько стоит и есть ли ценность в человеческой жизни вообще. Прямо сейчас - потому что потом он не

успеет, он живет только сейчас. У него нет будущего (и в этом он больше похож на ребенка чем на взрослого), он живет настоящим.

- Он хочет узнать себя, понять на что он способен, понять насколько он ценен. Он хочет понять и оценить свое новое тело. Любая неудача, отвержение или недостаток обесценивают его в собственных глазах. Он хочет быть всем или не хочет быть вообще.

- Он хочет узнать других и научиться жить среди людей. Он показывает себя другим и стремится найти или завоевать свое собственное место. Ему нужно уважение окружающих как воздуха он готов платить за него многим.

- Он хочет оценить этот мир, эту жизнь и себя. Он хочет понять что важно. А что нет, построить свою жизнь основываясь на своих ценностях и убеждениях.

Почему он такой? Что происходит с человеком в этот период его развития? Какие поведенческие особенности подростка отражают его сущность? Вот основные особенности подросткового возраста с точки зрения физиологии и психологии.

### **Личность**

1. Яркие физиологические изменения. Перестройка всех систем и органов. Изменение внешности. Обращение внимание на свое тело (оно заставляет обращать на себя внимание).

2. Изменения сексуального статуса. Изменение чувствительности. Появление и формирование сексуальных влечений. Новые ощущения - новое отношение к себе. (\*)

3. Сомнение в своей ценности и адекватности

4. Ощущение необходимости строить собственное «Я»

5. Необходимость обретения навыков взаимодействия с собой и со своими чувствами, решения личностных сложностей и проблем, отстаивания своего выбора и границ.

### **Отношение к миру**

1. Изменения выталкивают его из уютной скорлупы детства и заставляют искать новую опору. Опора личности - иерархия ее жизненных ценностей.

2. Подросток начинает строить свою иерархию ценностей. Его не устраивает то, что предлагаю ему взрослые - это возвращает

его в тот мир из которого оно только что выбрался. Он должен проделать свою собственную работу по построению своей личности - иначе его крылья не окрепнут. (так называемая «реакция эмансипации»)(\*)

3. Он начинает с разрушения - это отказ от того что ему преподносят на блюдечке. Он как бы говорит нам - я сам, я хочу свое собственное и отталкивает предлагаемое обществом и родителями блюдечко.

4. Первая ценность для него - свобода. Свобода в понимании подростка - возможность делать то, что я хочу.

5. Стадия «экспериментаторского» отношения к миру

6. Ориентация на «западную» культуру. Для российского подростка эта культура представлена, в основном видеофильмами и музыкальными течениями. Запад - символ свободы, а свобода - главная ценность.

7. Необходимость быть приверженным чему-то. Увлечение кумиром, спортом, собиранием, любым видом деятельности. Потребность иметь «конек» или идеал, принадлежать какому-то виду творчества или философии.

8. Необходимость овладения навыками отношения с миром. Способов реагирования на окружающую среду.

### **Отношение к другим**

1. Ориентация на сверстников. Ему нужно общение где его воспринимают как личность. Общение взрослого со взрослым, общение равных. Только такое общение дает ему свободу построения собственной личности. Другие варианты воспринимаются как давление и вынуждают убегать дальше и дальше, разрушать больше и больше.

2. Тенденция к образованию группировок (металлисты, панки, рэпперы, скинхеды, гопники, кистлотники или рэйверы, роллеры, толкиенисты и многие другие.) Принадлежность к некоторым группировкам определяет выбор того или иного наркотика и может являться фактором способствующим формированию аддиктивного поведения .

3. Проблемы в семье. Родители, как самые близкие взрослые,

отвечают за всю взрослую половину человечества и большая часть протеста против мира взрослых ложится на их плечи. Да и самим родителям очень хочется видеть в своем ребенке не бунтаря и задирку, а полное выполнение всех своих несбывшихся некогда чаяний.

4. Необходимость овладения навыками взаимодействия с другими людьми, навыками общения, способами построения отношений и соблюдения границ.

### **Факторы, способствующие формированию аддиктивного поведения.**

1. Приемлемость употребления ПАВ в культуре. Для детей употребление спиртных напитков - нормальное явление и символ приобщения к культуре взрослых, а употребление наркотиков - к подростковой культуре. То, что является нормой не вызывает опасения. Трудно ожидать другого выбора, им даже в голову не приходит что в этом есть что-то неправильное. Подросток хочет принадлежать чему-то большему, группе или целой культуре. И он впитывает в себя все «реквизиты» этой культуры - будь это дворовая компания или целое молодежное музыкальное течение.

2. В подростковом возрасте возникает масса психологических трудностей (общение со сверстниками, с собой, с миром, со взрослыми, поиск смысла жизни и т.д.) Задача этого периода развития личности - научиться с ними справляться. Через это надо пройти. Это сложно и иногда больно. Если в этот момент подросток сталкивается с ПАВ - он получает опыт легкого пути для решения всех сложных и иногда в принципе неразрешимых задач. (Например - он краснел и бледнел при одном взгляде симпатичной одноклассницы - а выпив баночку пива ему ничего не стоит очаровательно шутить и говорить комплименты. Или ему казалось что все вокруг обращают внимание не дефекты его внешности, а всего лишь одна затяжка марихуаны освобождает его от этого напрягающего ощущения). Вместо сложной внутренней работы, вместо изнурительного подъема по лестнице личностного роста - легкий путь на скоростном лифте. И человек очень быстро оказывается на психологических костылях, откинув которые он падает и не может идти по жизни.



3. Подростки не умеют ориентироваться на свои чувства, не доверяют им и часто даже не знают что это такое. Но они очень остро чувствуют ложь и фальшь. Они чувствуют расхождение психологической реальности с тем, как ее нужно воспринимать (говорится одно, а происходит другое). Им хочется найти и сотворить другую реальность, наполненную настоящими и интенсивными чувствами. Алкоголь и наркотики - способ не играть в фальшивые игры взрослых, а построить свою, «честную», реальность.

4. Нет пока ценности отдельной личности, ее уникальности. Низкая самооценка, отсутствие самопринятия, неспособность противостоять большинству, ценить собственную жизнь, выбор, здоровье. Подросток не боится за свою жизнь, ему гораздо больше хочется наполнить настоящий момент интенсивными переживаниями, чем влачить долгое, скучное и бессмысленное существование.

5. Часто родители привыкают к избыточной ответственности за жизнь ребенка не обучая его самого отвечать за свою жизнь. Ребенок растет с ощущением, что не он сам решает проблемы, что есть что-то что несет этот груз за него. Отсюда - невозможность сделать собственный выбор, желание найти что-то на что можно опереться и куда можно уйти от проблем не неся никакой ответственности.

6. Часто родители лишают своего ребенка прожить беззаботное детство и кладут на его плечи непосильное бремя ответственности за свою семью, за ее проблемы. Как правило это происходит в неблагополучных дисфункциональных семьях (\*). Такие дети прибегают к употреблению ПАВ чтобы стряхнуть с себя тяжелую ношу и уйти в другую, более легкую реальность.

### **Личностные особенности, определяющие мотивацию при аддиктивном поведении**

- терпимость к отклонениям от социальных норм
- недостаточная ориентация на достижение успеха своим трудом
- оппозиционная настроенность в отношении основных социальных требований
- склонность к депрессиям

### **Можно выделить следующие мотивы начала злоупотребления ПАВ:**

- желание не отстать, быть как все
- стремление испытать новые ощущения
- способ развлечения
- завоевать престиж
- заглушить внутренние противоречия
- облегчить общение
- возможность уйти от проблем
- стимуляция фантазий
- протест против поколения родителей
- стимуляция творческих способностей
- подражание кумирам

### **Подростки не употребляют ПАВ потому, что:**

1. Они боятся (родителей, милиции, учителей, смерти и зависимости).
2. У них есть убеждения, что это не надо делать (они сами так решили, это их выбор).
3. У них есть позитивный пример - уважаемый ими взрослый разделяющий ценность здорового образа жизни.

*У подростков гораздо больше причин для того, чтобы начать употреблять, чем для того, чтобы не употреблять!*

### **Группа риска - какие подростки с большей вероятностью начнут употреблять ПАВ.**

1. Дети из семей, где кто-либо имел зависимость от ПАВ. Как правило, это семьи, где взрослые имеют проблемы с употреблением спиртных напитков и иногда это очень благополучные внешне семьи. Это генетический фактор наследования склонности к образованию зависимости о ПАВ.

2. Дети из дисфункциональных и конфликтных семей. Эти дети несут в себе комплекс психологических проблем, связанных с определенными правилами и ролевыми установками такой семьи, дети из таких семей несут в себе всю свою жизнь, где-то очень глубоко, тяжелые чувства. Чувства, которые когда-то возникли в от-

вет на ситуацию в семье, а потом стали движущими силами их дальнейшей жизни. Это такие чувства как вина, страх, обида и злость. Они не знают что они есть, где они находятся и что делать с этими чувствами. Но именно сообразно с ними они строят свою дальнейшую жизнь, свои отношения с другими людьми с алкоголем и наркотиками.

3. Дети живущие в неблагоприятных условиях и в условиях высокой распространенности употребления ПАВ.

4. Дети, пережившие насилие (эмоциональное, сексуальное, физическое)

5. Дети имеющие личностные проблемы (ощущение несостоятельности, завышенные ожидания, насилие, отвержение, определенный тип акцентуации характера)

## **НАША ИСТОРИЯ, А ТАКЖЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ.**

### **Как мы все придумали тогда, когда ничего не было.**

Сначала «Перекресток» в структуре реабилитационного пространства задумывался как реабилитационная программа исключительно для подростков с химической зависимостью. Выглядеть это должно было так:

- 3-х месячный курс социально-психологической реабилитации с последующей долговременной программой реабилитации в клубе
- в программу подростков направляют социальные работники
- подростки осознают наличие у себя проблем, мотивированны к изменению образа жизни и даже готовы предпринимать для этого усилия

В реабилитационную программу входили психологические тренинги, консультирование, туристические походы, работа с родителями. Тот, кто прошел программу мог включаться в деятельность клуба, куда входили, походы, дискотеки, психологические тренинги, досуговые и спортивные мероприятия. Надо сказать, что на планах и схемах все выглядело очень красиво и стройно. И мы с нетерпением стали ждать - когда же социальные работники будут приводить нам толпы подростков, готовых решать свои проблемы, а мы будем строить их в очередь и выбирать самых «мотивированных»...

### **Что стало происходить, когда мы начали работать.**

В течение первого месяца работы по проекту социальные работники действительно привели к нам человек 12 подростков с проблемами употребления ПАВ. Им действительно надо было что-то делать с этой проблемой, но в этом наши убеждения разделяли только социальные работники - сами ребята отнюдь не видели в этом ничего плохого и уж тем более не выражали активного желания что-то менять.

Тем не менее, по итогам первых консультаций мы нашли четырех молодых людей 15, 16 и 17 лет, с которыми пошли в поход - это

должно было стать началом нашей реабилитационной программы. Затем мы сходили с ними еще в один (байдарочный) поход и с удивлением и даже некоторой обидой обнаружили, что социальные работники стали «хитростью» заманивать подростков к нам - мол, приходите, они хорошие, в походы ходят... Мы били себя кулаками в грудь и кричали: «Мы вам не тур. клуб!.. Говорите им честно, что мы их реабилитируем от химической зависимости, пусть понимают на что идут...».

И бились мы так месяца полтора. Почему-то никто не хотел приходить к нам и реабилитироваться. Потом мы отчаялись, сели в кружочек с социальными работниками и стали думать - как дошли до жизни такой и как жить дальше...

### **Что мы придумали. Возникновение клуба.**

Стало понятно, что невозможно привлечь подростков непосредственно в реабилитационную программу по очень простой причине - они этого не хотят, им это не нужно или говоря умно - они недостаточно мотивированны. И это нормально - они не хотят загружаться и лечиться - они хотят, чтобы было интересно. И абстрактный клуб в перспективе не помогает - интересно должно быть сейчас.

Это был исторический момент работы нашей программы. Мы поняли, что задача реабилитации может решаться не обязательно в лоб, ребятам необязательно признавать наличие проблем и проходить 3-х месячный курс социально-психологических мероприятий. Форма реабилитации может быть любая - важно как строится содержательная часть нашей работы. С этого момента начал работать клуб. *Клуб, как форма реабилитационного по содержанию процесса.* В дальнейшем вы увидите, что практически все клубные мероприятия сопровождаются элементами социально-психологической работы - подготовка к походу, испытание для прохождение в члены клуба, чаепития и т.д.

### **Первые шаги. Привлечение подростков в клуб. Формы работы - чаепитие, дискотека.**

Мы разобрались с задачами, которые стояли перед сотрудниками. Подросткам должно быть интересно, должны действовать пра-

вила безопасности, взрослые должны занимать особую позицию, должна быть создана зона ближайшего развития, должны отрабатываться новые навыки взаимодействия со средой и с самим собой.

Сначала встала задача «заманить» подростков в клуб. Чтобы познакомиться, рассказать о наших идеях мы предложили социальным работникам привести как можно больше ребят - потенциальных членов клуба. Тех, у кого есть проблемы с обществом, законом, элементы аддиктивного поведения - т.е. тех на кого может быть нацелена работа реабилитационной программы - так называемых социально дезадаптированных подростков. В первый раз пришло человек 30, нам еле хватило стульев и не хватило чашек, и мы очень волновались - очень уж хотелось привлечь народ. Мы рассказывали о наших планах, показывали фотографии пробных походов, приглашали снова чай пить и в поход. Нам даже удалось поиграть в «салки-обнималки» (см. приложение). Надо сказать, что на этом чаепитии, да и вообще на первых порах работы клуба, очень важна была помощь социальных работников - они не только приводили ребят, но и участвовали в наших разговорах и играх. Так родилась наша первая форма работы - *чаепитие*. Ежедневно, в определенный день и время, можно прийти в «Перекресток», попить чай и пожевать печенье. Иногда мы проводим до чаепития дискуссии (например, о наркотиках, сексе, религии и многих других темах, которые ребята предлагали), обсуждаем наши текущие проблемы. После того, как попили чай можно поиграть, поболтать, порисовать, послушать музыку. Постепенно все больше ответственности за проведение чаепитий ложилось на ребят.

*Задача любого клубного мероприятия - постепенное снижение роли взрослого и повышение ответственности подростков.*

Сейчас они сами следят, чтобы все мыли чашки, сами покупают сухари и печенье, сами убираются в столовой.

Следующая форма привлечения ребят в клуб - *дискотеки*. Это мероприятие собирает самое большое число ребят - до 60-80 человек. Самое сложное - выполнение правила трезвости. На наши дискотеки нельзя проходить, даже если от тебя чуть-чуть пахнет пивом. С этим было очень трудно смириться (как же может быть

дискотека без пива?!) и первые опыты были больше похожи на битву - по крайней мере, для сотрудников. Проблема была практически решена путем ограничения входа - войти можно было только по пригласительным билетам (флаерам) от членов клуба - если вдруг приглашенный был не трезв, пригласивший лишился права на дальнейшие приглашения. Надо сказать, что организаторская активность ребят именно на дискотеках стала проявляться в наибольшей степени - «ди-джейство», гардероб, охрана, уборка - все распределялось заранее, назначались ответственные. Достаточно было одну дискотеку отменить в силу того, что предыдущая была организована плохо - проблема была решена - очень уж хотелось провести следующую. Быть ди-джем оказалось очень значимо, образовалась очередь из желающих. По ходу дискотеки проводились конкурсы, в обязательном порядке придуманные ребятами самостоятельно. Наиболее ответственные ди-джеи программу дискотеки составляли по результатам клубного хитпарада. Дискотеки проводятся 1 раз в две недели. Многие регулярно ходят только на дискотеки, не участвуя в других мероприятиях.

### **Формирование структуры клуба.**

**Формы работы - поход, совет клуба, тренинг-испытание.**

### **Правила клуба.**

После первых чаепитий выявилась наиболее заинтересованная группа ребят, с которыми мы пошли в поход. Подготовка к походу включала в себя 2 двух часовых тренинга на построение команды. Для нас стало очевидным - ребята с удовольствием участвуют в тренинге, если есть цель - пойти в поход. Когда предложили просто провести тренинг личностного роста - желающих не было.

*Подростки очень хотят делать что-то интересное - нам только надо помочь найти им повод для этого.*

Правила похода были оговорены «на берегу». По опыту первых походов мы поняли, что очень важно заранее определиться с распределением обязанностей. Решено было так - когда что-то нужно делать, руководитель похода собирает группу и распределяет обязанности. Было обсуждено с ребятами, доверяют ли они ру-

ководителю, готовы ли заранее принять то, что обязанности будут распределяться справедливо. Правила были такие - трезвость, безусловное подчинение требованиям руководителя похода, взаимопочтение. Поход был не сложным, но на ребятах лежало много ответственности - они сами вели нас по маршруту, наравне с взрослыми ставили лагерь, готовили еду. Руководитель похода распределял дежурства. Мы включали в поход элементы психологического тренинга, например часть маршрута проходили связанными веревкой в цепочку или парами, по очереди руководили группой, молчали и т.д. Вечером в лесу и после возвращения домой поход обсуждался, ребятам давалась обратная связь - каждый мог сказать о своих впечатлениях и каждый мог сказать другому что понравилось, что нет.

В дальнейшем по такой модели проходили все походы - зимние (пока без ночевки и летние, с ночевками).

Практически сразу выявилась группа из 10-15 человек, которые захотели участвовать в такой форме работы как совет клуба. Мы предложили ребятам собраться, чтобы определиться, как нам строить свою жизнь дальше. На первом таком совете (16.09.99) мы определились с правилами клуба, с понятием членства в клубе, с кругом мероприятий, которые будут в клубе проходить.

Правила получились такие:

- беречь имущество клуба
- трезвость (не приходиться пьяным)
- не ругаться матом (желательно)
- не оскорблять
- не портить аппетит друг другу
- не бить и не обижать друг друга

В последствии правила немного видоизменились и на совете клуба через пол года были переформулированы:

- трезвость
- уважительное отношение (не оскорблять морально и физически)
- говорить по одному (на совете клуба)
- не ругаться матом (настоятельная рекомендация)
- не курить в помещении
- беречь имущество и следить за порядком



На первом совете клуба мы решили, что членом клуба может быть любой человек до 18 лет, выполняющий правила клуба, прошедший тренинг-испытание и 1 месяц кандидатского срока. Если человек нарушал правила, он исключался из членов клуба, но мог заново пройти кандидатский срок и тренинг-испытание и снова стать членом клуба. Член клуба в свою очередь мог пройти ряд тренингов и стать помощником инструктора (что такое помощник инструктора тогда еще было не очень понятно).

Таким образом, понятие члена клуба стало значимым. Причем, не так важно было, что именно дает звание члена клуба, как сам факт получения такого звания.

*Для подростков важна знаковость и наличие статусной - как некая структура, помогающая ориентироваться в жизни - ставить задачи, пристраивать ценности. Если мы не вводим иерархии - они образуют свою, основанную на понятных для них ценностях (физическая сила, материальный уровень, уровень асоциальности и т.д.)*

Кстати, наиболее очевидным преимуществом члена клуба была возможность получать и раздавать друзьям флаеры на дискотеку - каждый мог пригласить 10 человек. Кандидат в члены клуба мог получить именной флаер только для себя.

В дальнейшем совет клуба собирался еженедельно, приходили все кто хочет участвовать в жизни клуба - обсуждались насущные проблемы, решались организационные вопросы, распределялись обязанности. Совет клуба всегда начинался со знакомства с настроением друг друга. Основной способ решения проблем - мозговой штурм (все предлагают идеи, пусть даже самые бестолковые, они не оцениваются, а потом выбирается наиболее подходящая), голосование.

*Через какое-то время (приблизительно через полгода работы) стало понятно, что для организации продуктивного процесса на совете слишком много народу - было решено выбрать 5-6 человек, которым все доверяют для решения всех организационных вопросов, т.е. сделать совет клуба избираемым. Мы провели выборы, выявилось 6 явных лидеров и сейчас мы пытаемся организовать работу с таким советом. По-*

*ка не очень понятно как лучше, потому что, с одной стороны, при этом многие «не выбранные» автоматически почувствовали себя менее ответственными за процессы, происходящие в клубе, а с другой - на тех, кто в совете клуба легла слишком большая ответственность, что явно не очень радует ребят.*

**Тренинг-испытание.** Наверное, это одна из самых наших любимых форм работы... Почему? Наверное, потому что процесс интенсивный, ярко открываются самые разные личностные качества наших ребят, сразу видны результаты работы. А может быть, потому что мы здесь наиболее приближены к столь любимому нами процессу социально-психологической реабилитации подростков. А может быть, просто завидуем их возможностям и способности учиться и придумывать.

Ситуация подготовки таких тренингов получилась несколько «таинственной» и торжественной - может быть интуитивно мы пытались приблизиться к смыслу обрядов инициации. Во-первых, мы не настаиваем на проведении тренингов - ребята сами дергают нас и требуют назначить время. Мы предлагаем им набрать команду не менее 6 и не более человек. Когда они говорят о своей готовности, мы назначаем специальное время и день тогда, когда никто другой приходить не должен. Тренинг проходит за закрытыми дверями. Подбирая упражнения для тренинга, мы стараемся найти что-то новое, потому что потом они рассказывают друг другу о способах решения проблем. Если группа не приходит в назначенное время (точно) тренинг отменяется.

Основные задачи тренинга-испытания:

- сплочение группы
- поиск новых способов построения деятельности и решения проблем
- поиск и апробация новых форм взаимодействия
- поиск и апробация новых форм выражения своих чувств
- формирования навыков анализа своей деятельности и постановки перед собой задач по изменению

Длительность тренинга - 4 часа. Упражнения, которые мы используем можно найти в приложении. В основном это постановка

перед группой определенных задач, решение которых требует сплоченности, смекалки, умения слушать друг друга, терпения, настойчивости, взаимоподдержки. Но основная идея тренинга не в прохождении упражнений, а построении деятельности по их прохождению. Для того чтобы сделать это более очевидным для ребят, мы придумали следующую систему. В начале тренинга перед ребятами ставится задача: «Вы должны всей командой набрать за весь тренинг 100 баллов. Если команда набирает баллы, все проходят, если нет - никто не проходит. Набрать баллы можно следующим образом - за каждое выполненное упражнение получаете 15 баллов (всего 6 упражнений), за поддержку друг друга 5 баллов, за конструктивный поиск решения 5 баллов, за конструктивное выражение агрессии и других негативных чувств - 5 баллов. При этом агрессия, направленная на других членов команды расценивается как 5 баллов с минусом, оскорбления (физические и моральные) как 5 баллов с минусом. Баллы выставляются ведущими и не обсуждаются». Таким образом, мы пытаемся обратить внимание на процесс выполнения упражнения. Из этих же соображений после каждого упражнения происходит обсуждение - мы помогаем ребятам проанализировать, почему что-то получилось, а что-то нет, что помогло, как можно в следующий раз использовать полученный опыт.

Когда мы придумывали такую систему оценки процесса, было опасение спровоцировать игру в поддержку и подкрепить, таким образом, демонстративные формы поведения. Но, поскольку всегда была заметна и не оценивалась игра в поддержку, оказалось, что мы помогли им увидеть бесполезность демонстративного поведения и прочувствовать разницу между искренними и формальными отношениями.

По результатам тренингов (кстати, они не всегда проходили успешно по результату), было очевидно, что ребята действительно получали опыт получения удовольствия от процесса совместного решения задач, что собственно и является задачей клубной работы в целом - овладения новыми способами поведения и получения удовольствия. Самой большой сложностью для них оказалась проблема конструктивного выражения агрессии, поэтому мы включи-

ли обсуждение этой проблемы в начало тренинга.

В основном (за очень редким исключением) все команды проходили испытание. Также были случаи, когда вся команды прошла испытание, но 2 человека, абсолютно пассивно участвующие в процессе - нет. Всего за время работы клуба в таких тренингах приняло участие 49 человек.

### Пример плана тренинга:

1. Знакомство, постановка задачи, обсуждение правил, обсуждение возможных форм выражения агрессии и поддержки
2. Разминка (любая игра, см. приложение)
3. «Бревно», обсуждение
4. «Слепой треугольник», обсуждение
5. «Тролли», обсуждение
6. «Магические квадраты», обсуждение
7. «Стенка», обсуждение
8. «Летающее яйцо», обсуждение
9. Подведение итогов, круг обмена чувствами

### Пример таблицы подсчета баллов (на ватмане на стене):

Упражнение	Положительные баллы	Отрицательные баллы	Итог
Бревно	15, 5, 5	5,5,5,5,5,5	- 5
Треугольник	15, 5,5, 5	5,5	+20
Тролли	5, 5, 5, 5, 5	5	+20
Квадраты	15,5,5	5, 5	+15
Стенка	15, 5,5,5,5,5,5,5	5,5,5,5	+25
Яйцо	5,5,5,5,5	5	+20
Итог			95, тренинг не прошли

Справедливости ради, надо сказать, что действительно процесс оценки крайне субъективен, ведущим достаточно сложно удержаться от попытки поддержать или наказать. Мы решали эту проблему коллегиальным путем - на тренинге всегда от 2 до 4 ведущих и для них такой тренинг тоже не прост - пожалуй, так ярко только

еще в походе выявляется степень сработанности и сплоченности команды взрослых, работающих в клубе...

### **Развитие клуба.**

#### **Наполнение новыми формами работы - брэйк-дэнс, теннис, видео, парашютный спорт, праздники.**

Таким образом, работа клуба встала на рельсы - еженедельно проводились чаепития, советы клуба, регулярно - дискотеки, периодически походы. Приходили новички - кого-то присылали социальные работники, но в основном ребята стали приводить своих друзей. Народ стал приходить в «Перекресток» сразу после школы (а иногда и вместо школы, о чем мы скажем позднее) и проводить там время до самого закрытия. Надо было чем-то наполнять нашу жизнь. Вернее не просто наполнять, а совершать осмысленные поступки по организации своего времяпрепровождения, получения нового опыта и удовольствия от жизни. Вместе с членами клуба мы думали о том, что можно сделать, чтобы чувствовать себя активным создателем собственного образа жизни.

Таким образом, в нашу жизнь вошел *теннис* стол - и сразу вокруг него закипели процессы - кто лучше, кто может. Провели турнир. Сначала только мальчишки - девочки только зрители, но постепенно и слабый пол получил возможность совершенствоваться.

Увидев интерес некоторых ребят к *брэйку*, мы выделили специальное время для тренировок. Но справедливости ради интерес к такому виду времяпрепровождения довольно быстро утих - видимо потому, что совершенствование в брэйке требует значительных сил, терпения и трудолюбия, а на это имелось только у двух человек.

Периодически мы начали устраивать *просмотры видеопрофильмов*, стараясь таким образом подобрать репертуар, чтобы и интересно было, понятно для подростков и осмысленно, что тоже оказалось задачей не простой. Новым для подростков оказалось удовольствие от совместного просмотра фильмов - многие смотрели что-то не в первый раз.

Отдельно можно описать опыт проведения *праздников*. При подготовке мы стояли перед выбором сделать все самим так, чтобы получилось здорово, но ребят оставить в пассивной позиции,

или больше ответственности переложить на них, рискуя сделать праздник не особенно интересным. Мы пробовали и тот, и другой вариант, но так и не пришли к однозначному пониманию того, как лучше. Теоретически понятно - лучше вместе, но на практике сложно. Совместная работа выражается в генерировании нами идей и выполнении ребятами более простых заданий. Причина нам вполне понятна - «контингент» подростков, с которыми мы работаем, отличается невысоким уровнем развития творческих навыков (просим заметить, что именно навыков, а не способностей - потенциально ребята очень способные и иногда просто талантливые), а развивать возможность творить дело долгое и трудоемкое, потому что нужна мотивация, терпение, трудолюбие, с чем тоже не все просто. Например, идея организации изостудии у нас провалилась практически сразу - уж очень не хочется нашим подросткам напрягаться. Для нас это задача на будущее, хотя и сейчас уже периодически ребята просят краски, чтобы просто порисовать, пластилин, чтобы полепить и т.д.

Может быть, все, что мы здесь перечисляем достаточно обыденно, но для многих ребят до вовлечения в работу клуба был только один способ получения удовольствия - напиток, а для кого-то работа клуба стала первыми шагами сознательного построения собственной жизни, осознанного поиска способов трезвого получения нового интересного опыта. Также важно отметить, что любая форма работы организуется с помощью членов клуба - назначаются ответственные, распределяются обязанности.

Когда мы придумывали возможные варианты нашей деятельности, ребят очень заинтересовала идея *прыжков с парашютом*. Здесь мы поставили перед собой следующие задачи:

- получение опыта преодоления себя и совершения поступка
- осознание ценности собственной жизни
- опыт трезвого «кайфа» (тут трудно подобрать другое слово)

Сначала решили попробовать прыжки с парашютной вышки (32 метра). В первый заход на прыжок решилось 8 человек. После того, как они поделились опытом с остальными, желающих стало больше. Второй раз с вышки прыгнуло 25 человек. Готовых прыгать с самолета оказалось 9 человек. Здесь хотелось бы остано-

виться на описании проблем, с которыми мы столкнулись. Во-первых, организационные сложности - оказалось не просто найти возможность для прыжков подростков - нам пришлось действовать через юношескую парашютно-спортивную школу. Во-вторых - ответственность сотрудников клуба за жизнь и здоровье детей. Очень важно заранее установить контакт с родителями, узнать их позицию и получить согласие на прыжок ребенка (желательно в письменном виде). И, тем не менее, эмоции, которые испытывает сотрудник, везя детей прыгать трудно, передать, тем более что он должен прыгать и сам (так как мы вместе участвуем во всех мероприятиях клуба, см. наши принципы).

Для нас было очевидным (по собственному опыту), что прыжок с парашютом является принципиально новым опытом и влечет за собой значимые личностные изменения. Ожидали многого, но то, что произошло с ребятами, превзошло все наши ожидания. А именно:

- в процессе подготовки к прыжку абсолютно исчезла внутригрупповая агрессия, демонстративное асоциальное поведение (матерщина, нанесение ущерба окружающей среде, агрессивное отношение к другим людям, демонстрация принадлежности к группировкам);
- выявилась высокий уровень поддерживающего поведения - ребята подбадривали друг друга, напоминали о необходимых действиях во время прыжка (перед прыжком в самолете, во время полета на парашюте с разных сторон «не забудь ноги вместе», «разряди запаску» и т.д.)
- появилось ощущение сплоченной команды, ощущение «Перекрестка» в целом (это очень ярко проявилось, когда мы строились перед посадкой как «Перекресток» и летели в одном самолете);
- после прыжка ребята сами смогли проанализировать полученный опыт (кстати, они сами отметили то факт, что совсем забыли про договоренность выкрикнуть лозунг своей группировки, да и вообще обо всех этих играх, отметили, что в трудную минуту в человеке проявляется то, что у него внутри, а не то, что он обычно демонстрирует);

## **Выявление лидеров и наиболее заинтересованных подростков. Ядро клуба.**

Формы работы - поездки, тренинг продвинутого уровня, тренинги с приглашенными специалистами.

После полугода работы стало очевидно, появилось 3 категории ребят, приходящих в клуб

- те, кто приходит постоянно (около 15 человек)
- те, кто приходит периодически (около 20 человек)
- те, кто приходит только на конкретные мероприятия (а именно дискотеки и праздники) (около 25 человек, но эта группа постепенно переформировывалась)

Ребята из первой группы постепенно становились хозяевами клуба, брали на себя определенные обязательства. Постепенно формировалась доверительные отношения с сотрудниками - ребята обсуждали с нами свои проблемы, старались помочь, переживали вместе с нами сложные ситуации. Помимо этого, им очень хотелось двигаться дальше - они хотели участвовать в тренингах, придумывать что-то новое. И они с удовольствием поддерживали предложенную нами игру - им хотелось стать помощниками инструкторов, т.е. нас - а именно проводить вместе с нами тренинги для новичков, помогать в проведении походов и т.д.

Мы предложили ребятам пройти серию тренингов (часть из которых проводили приглашенные специалисты - например тренинги-семинары, посвященные проблемам распространения ВИЧ-инфекции и венерических заболеваний проводили сотрудники Международной организации Красного Креста), которые мы называли тренингами продвинутого уровня или «Погружение на глубину личности». Задачи таких тренингов:

- получение знаний (о структуре и свойствах личности человека, о построении взаимоотношении, общении, группе);
- получении нового опыта познания себя - опыт осознания и выражения чувств, потребностей, самопринятия, способности рисковать, разделения чувств и поведения;
- получение нового опыта общения в группе - ощущение доверия, безопасности, возможности открытого общения;

Для ведущих тренинга было важно следовать двум, практичес-



ки разнонаправленными задачам. С одной стороны - обеспечить возможность создания безопасной атмосферы, необходимой для возможности апробации новых форм взаимодействия, а с другой стороны поддерживать некоторый уровень тревоги и поддержки мотивации для совершения рискованных поступков и развития.

Для создания безопасной атмосферы на тренинге были приняты определенные правила (обычные для работы в психотерапевтических группах - конфиденциальность, говорить по одному, уважение к членам группы, право сказать «пас», без оценок, оскорблений и физического насилия). Для поддержки мотивации мы сказали о задачах тренинга и о возможных результатах - пройдут тренинг те, кто действительно рискнет «погрузиться на глубину личности». Согласны, что ситуация методологически спорная - возможно мотивация «пройти экзамен» не совсем адекватна процессу личностных изменений, но тем не менее поставленных перед тренингами задач мы добились - наша и подростки постепенно начинают более осознанно относиться к себе, своим чувствам и поступкам, появляется способность к анализу своих состояний и поступков.

Пример плана одного из тренингов продвинутого уровня (6 часов)

1. Обсуждение задач, принятие правил, круг чувств.
2. Разминка (см. приложение)
3. «Парный поединок», обсуждение
4. «Ассоциации»
5. «Закрашивание контура человечка», обсуждение
6. Разминка
7. Контакт глазами (из «Невербального знакомства»)
8. «Вход-выход из круга», обсуждение
9. «Свечка», обсуждение
10. «Доверяющее падение», обсуждение
11. «Ценности», обсуждение
12. «Ладощка»
13. Обратная связь, круг чувств.

Тренинги такого уровня, бесспорно, оказываются для ребят гораздо более сложными, чем тренинги-испытания. Несмотря на это желание получить звание помощника инструктора оказывается до-

статочно сильным для того, чтобы, не пройдя тренинг с первого раза рваться получить еще одну попытку.

Для тех, кому удалось пройти тренинг была организована поездка в г.Санкт-Петербург. Как всегда, мы поставили несколько задач:

- сплочение команды ядра клуба
- расширение кругозора подростков
- опыт новых способов получения удовольствия (путешествие, ощущение свободы)

Поездка была интересной во всех смыслах, и мы с удовольствием будем в дальнейшем использовать такую форму работы. Единственная задача, которая не очень нам удалась - это сплочение команды. Дело в том, что в группе были лидеры разных группировок клуба. Нам очень хотелось объединить их в поездке, но удалось только организовать мирное сосуществование, что в целом нам удавалось и дома в клубе.

Во время нашего знакомства с городом нам не хотелось давить на ребят и вталкивать в них культурную программу, от которой их через некоторое время начнет тошнить, так как познавательная активность у наших ребят, мягко говоря, не высокая. Мы обсудили с ними программу (желания было два - посмотреть на море и на могилу В.Цоя), составили план, оставляя достаточно много свободного времени (кстати страх, что они разбегутся и заблудятся оказался напрасным - они совсем не стремились от нас отдаляться, все-таки город чужой, тревожно). Проблем с дисциплиной не возникало. Перед поездкой мы ввели одно правило - если руководитель поездки говорит словосочетание «это важно» - требование выполняется беспрекословно, т.к. в другом городе у нас могут возникнуть непредвиденные проблемы - но ни разу не воспользовались такой возможностью. Все было спокойно, в группе сохранялась доверительная и веселая атмосфера. И может быть, со стороны мы выглядели не очень степенно - но мы-то знали, что наши ребята способны на большее - не зря же они все состоят на учете в ОПИН. Надо сказать, что в результате появилось ощущение, что все они чуть-чуть повзрослели за поездку - видимо почувствовали некоторую ответственность за свою жизнь.

Возможно предлагаемы нами формы работы с подростками не особенно многообразны и глубоки. В дальнейшем нам бесспорно хотелось бы расширить наш арсенал - организовать постоянно действующую школу личностного роста, дать ребятам возможность развивать свои творческие способности, придумать новые формы отдыха - более познавательные и интеллектуально нагруженные. Но на первых этапах развития клуба мы в первую очередь исходили из возможностей и потребностей наших ребят и из понимания зоны ближайшего развития - нет смысла делать то, что они не смогут воспринять и использовать.

## КРАТКИЙ ОБЗОР ДИНАМИКИ РАЗВИТИЯ КЛУБА

Можно выделить следующие этапы развития клуба:

- Подготовительный - разработка программы, первые попытки привлечения ребят в реабилитационную программу, разочарование
- Привлечение подростков в клуб - основная активность направлена на то. Чтобы в клубе ребятам стало хорошо и интересно. Многие приходят по одному разу, не задерживаются в клубе.
- Формирование относительно стабильной большой группы подростков, борьба за лидерство, установление внутренних правил взаимоотношений между собой и с взрослыми. Постепенная передача ответственности за проведение некоторых мероприятий. Поиск новых форм активности. Многие приводят своих друзей. «Перекресток» - группа подростков, которая при отсутствии направляющей организующей силы взрослых может стать весьма деструктивной (т.е. низкий уровень самоорганизованности и отсутствие внутренней структуры). Самый опасный и сложный период работы.
- Формирование устойчивой группы подростков - ядра клуба. Подростки чувствуют свою ответственность за существование клуба вообще. Установление доверительных отношений с взрослыми. Дружеские отношения внутри клуба.

Сейчас мы находимся в начале последнего этапа. И мы, и ребята получаем большое удовольствие от совместной деятельности и планирования на будущее. Со следующего учебного года начнем новый этап работы - теперь нас почти 20 человек, из них 5 - помощники инструкторов (а кое-кто собирается отслужить в армии и сова вернуться к нам - уже в качестве сотрудников) и нам есть на кого опереться в дальнейшей работе.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ОСНОВНЫХ ФОРМ РАБОТЫ КЛУБА

Формы работы	Содержание	Задачи	Сложности
<b>Чаепитие</b>	Совместное питание чая, с печеньем и сушками. Стол и порядок организуется ребятами. Чашки каждый моет за собой. Ежедневно.	Совместное времяпрепровождение, знакомство с клубом, время для общения. Создание более теплой и уютной атмосферы в клубе. Кто-то бывает очень голодный и замерзший - покормить и согреть.	Отсутствие денег на чай, сахар и печенье. Не хватает посуды. Беспорядок после. Новеньким легче отказаться от чая, чем найти себе чашку - «старики» не умеют заботиться о новичках - пока это задача сотрудников.
<b>Поход</b>	Совместный выход в лес. Обязанности распределяются равномерно между всеми участниками. Маршрут обсуждается с участниками. Количество участников зависит от наличия снаряжения.	Знакомство с новым способом получения удовольствия. Отдых, сплочение команды, более глубокое знакомство друг с другом, формирование доверительных отношений, апробация новых форм поведения в новых условиях, овладение навыками преодоления сложных ситуаций.	Необходимость наличия опытного инструктора среди сотрудников. Необходимы строгие правила по отношению к снаряжению. Правила техники безопасности подписываются заранее. Обязателен контакт с родителями, обсуждение особенностей здоровья ребенка, расписка о том, что они не возражают против того, чтобы ребенок пошел в поход.

Формы работы	Содержание	Задачи	Сложности
<b>Дискотека</b>	Наиболее многолюдное мероприятие. По содержанию - обычная дискотека, репертуар определяют сами ребята. Возможно предварительное проведение хитпарада. Вход по флаерам, раздаваемым членами клуба. Один раз в две недели. Возможно включение конкурсов.	Привлечение в клуб подростков. Формирование навыков трезвых способов получения удовольствия. Поддержка высокого статуса членов клуба и клуба вообще. Отдых. Формирование навыков организационной работы и ответственного отношения к работе в клубе.	Жесткое соблюдение правила трезвости. Возможность агрессивного поведения, выяснения отношений между группами подростков (отсутствие пьяных на дискотеке делает эту проблему решаемой). Много времени уходит на «разогрев» - достаточно долго никто не танцует - все сидят по стеночкам - для подростков это нормально. Трудно проследить за бережным отношением к технике если дискотеку проводят сами подростки.
<b>Совет клуба</b>	Собрание наиболее активных членов клуба для решения текущих вопросов, распределения обязанностей, обсуждения проблем и планирования. Ежедневно.	Осознание подростками ответственности за происходящее в клубе. Учет интересов подростков при планировании работы.	Приходится балансировать на грани передачи ответственности - если все брать на себя - ребята не будут ничего делать, если все взвалить на них - окажется слишком сложно и пропадет интерес.
<b>Тренинг-испытание</b>	4-х часовой социально-психологический тренинг для группы из 6-10 человек.	Сплочение команды, овладения навыками конструктивного взаимодействия и решения проблем, знакомство с тренинговой формой работы, «посвящение» в члены клуба, формирование мотивации к изменениям.	Важно единство команды ведущих. Т.к. каждый следующий тренинг должен отличаться, то всегда не хватает упражнений - хорошее новое упражнение считаем подарком судьбы.

Формы работы	Содержание	Задачи	Сложности
<b>Тренинг продвинутого уровня</b>	6-ти часовой психологический тренинг для группы 7-12 человек	Получение психологических знаний, новый опыт общения со сверстниками и с самим собой. Формирование более безопасной и доверительной атмосферы в группе. Формирование мотивации к изменениям	Для многих оказывается достаточно сложно выходить на новый уровень самораскрытия, что абсолютно нормально для подростков, поэтому важно принять право подростков не участвовать в чем-то. Может быть есть смысл устраивать что-то вроде конкурса на участие в таком тренинге - во первых это сделает его более привлекательным, во-вторых - более продуктивным.
<b>Прыжки с парашютом</b>	Тренировочные прыжки с вышки для всех желающих (периодически) и прыжки с самолета в 3 МГАКе (дер. Волосово)	Осознание ценности жизни, получения нового опыта взаимодействия с собой, получение опыта «трезвого кайфа». Уникальное мероприятие для сплочения группы и формирования новых - поддерживающих и доверительных отношений в команде.	Серьезный риск - руководителям следует несколько раз подумать о том, на что они идут. Обязателен контакт с родителями, рекомендуем получить от них письменное согласие на прыжки детей. Дорого и много организационных проблем.

## ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЯ

Любой практикующий специалист, прочитав предыдущий текст, ухмыльнется - как, мол, все просто - раз два и подростки чувствуют свою ответственность за судьбу клуба. Не будем спорить - проблем и сложностей у нас было более чем достаточно. Попробуем описать основные, хотя наверняка это не все, что может встретиться на этом пути.

### **Уборка**

Практически с первых дней работы у наших подростков выявилась такая черта как крайняя терпимость по отношению к свинству. Каждый раз после чаепития. Дискотеки и любого другого клубного мероприятия степень беспорядка была максимальной. Решать эту проблему пытались разными способами - организовывать дежурства, оплачивать труд тем, кто возьмет на себя функции уборщиц, отменять мероприятия в случае если после предыдущего осталась грязь, включать уборку в функции организаторов мероприятия, каждый раз назначать ответственного за помещение, который должен сдать его сотрудникам в чистом виде. Очень было странно, что перспектива заработать денег никого не вдохновила, про дежурства и говорить нечего. Пожалуй единственно успешный способ оказался последний - каждый раз назначать ответственного за помещение. Тем не менее к такой вершине как их собственная ответственность за чистоту вокруг мы только подбираемся - проблема уборки пока бесспорно в основном в зоне внимания взрослых, а не ребят.

### **Употребление ПАВ**

Правило трезвости - самое строгое правило клуба. По большому счету даже единственное, т.к. выполнение остальных правил достаточно субъективно - не всегда можно увидеть нарушение, не всегда это для всех одинаково, иногда у ребят действительно не получается вести себя уважительно друг к другу и беречь имущество клуба, но об этом позднее.

Для нас очень важно было донести до ребят, что, бесспорно,



мы не можем требовать трезвости всегда и везде - это может быть только нашим пожеланием, но мы можем установить правило клуба - здесь можно быть только трезвым. Нам хотелось помочь им сделать свое употребление ПАВ более осознанным, заранее думать о возможных последствиях. Тем не менее на первых порах даже наиболее активные ребята проверяли нас на прочность - приходили в клуб в нетрезвом состоянии и пытались убедить нас простить их в первый и последний раз, высылали делегации просителей, которые говорили «...ну это же Стас, ну простите его, как же мы без него...». И ведь действительно - как не пустить Стаса - самого старого и популярного члена клуба, нашу надежду и опору... Было сложно оставаться твердыми, но мы ни разу не поддались. Очень важно было дать понять человеку, что наше к нему отношение не меняется, что это не наказание, что мы его любим и ценим и будем очень рады увидеть здесь трезвым.

Надо сказать, что с постоянными членами клуба мы достаточно быстро решили эту проблему. Более того, ребята стали очевидно меньше употреблять ПАВ в жизни вне клуба - во-первых потому, что большую часть времени проводили в клубе, а, во-вторых очень многим стало интересно научиться жить без употребления - стали считать недели, а потом и месяцы абсолютного воздержания, и сами удивлялись, что так тоже можно жить.

Гораздо сложнее было с теми, кто заходил иногда, с разовыми посетителями. Наиболее горячий участок работы в этом смысле - дискотека. Сначала мы достаточно быстро разбирались с нетрезвым контингентом - по запаху. Если пахнет даже самую малость - до свидания, приходите в следующий раз. Более того, поскольку вход на дискотеку по флаерам, которые могут раздавать только члены клуба, то если приглашенный не трезв, в следующий раз член клуба лишался возможности приглашать друзей - т.е. ответственность за «трезвость» дискотеки ложилась на сами ребят. Потом стало сложнее нас стали обманывать как сотрудников ГАИ - зажевывать запах «Антиполицаем». Мы начинали сомневаться в собственной правоте (измененное поведение видно все равно, но нет уверенности), ребята это чувствовали и настаивали на своем - мы, мол, трезвые, никогда не пьем вообще. Очень неприятно уча-

ствовать в таких разборках, но приходится. Иногда, конечно, кому-то удавалось пройти, и для определенной части посетителей дискотек это стало своего рода спортом - удастся ли на этот раз. Сейчас нам стало понятно одно - не стоит пускать при малейшем подозрении (при этом есть шанс, хотя и очень маленький, оказаться несправедливым), сделав это заранее оговоренным правилом дискотеки - даже если нам только кажется, это не обсуждается.

### **Проблема взаимоотношения полов.**

В первое время мы с удивлением отмечали тот факт, что основными и постоянными посетителями клуба являются мальчики, а девушки надолго не задерживаются, вернее среди девочек наблюдается гораздо более сильная «текучесть кадров», чем среди мальчиков, и их намного меньше. Также бросалось в глаза, что девушки не пользуются особым уважением у ребят, не могут постоять за себя. Наблюдалась крайняя легкость возникновения сексуальных контактов - например считалось вполне нормальными перецеловаться с несколькими девушками за время одной дискотеки. Не было ни одной более менее устойчивой пары - увлечение длилось не более 2-х недель. Мы всячески старались поддержать девчонок, помочь им заботиться о себе, подчеркнуть важность и особенность женской роли во взаимоотношениях. Надо сказать, что с девочками находить контакт оказалось намного сложнее, чем с ребятами. Постепенно ситуация менялась, появились «постоянные» девочки, возникла даже одна постоянная пара (Женя и Лена - наиболее уважаемые члены клуба). Один из наших праздников мы специально посвятили проблеме отношений между полами - это был праздник между 23 февраля и 8 марта (ток-шоу «Между тем»), где все было направлено на понимания важности и ценности обоих полов и возможности нахождения общего языка. Постепенно ребята стали приходить к нам за советами - как помириться, как лучше справиться с той или иной ситуацией в отношениях с девушками. Тем не менее основные посетители клубных мероприятий и большинство членов клуба - мальчишки, девушки чувствуют себя в клубе менее уверенно. Можем ли мы изменить эту ситуацию пока непонятно, но в любом случае эта проблема в поле нашего внимания.

## **Агрессия извне**

Несколько раз в первое время работы клуба - как правило во время дискотек - возникал конфликт с группами не трезвых ребят, которых мы не пускали. Ответственность за разрешения конфликтов ложилась целиком на сотрудников клуба, хотя мы и грозились привлечь органы милиции. Через некоторое время существования клуба проблема практически исчезла. Произошло это после наиболее сильного конфликта перед Новым Годом, когда ребята из окрестных домов пришли на дискотеку и, обидевшись что их не пустили по причине нетрезвого вида, разбили окно клуба. Когда они появились в следующий раз мы решили вызвать милицию, но в результате нам удалось серьезно поговорить с нарушителями спокойствия и выяснилось, что они готовы возместить нанесенный ущерб, потому что очень хотят ходить в клуб. Так к нам в клуб попали Сережа, Ваня, Леша (Наум), Рома, Саша и Денис - в последствии одни из наиболее настойчивых членов клуба - Сергей, Леша и Денис стали членами выбранного совета клуба, Сергей и Леша даже прошли все тренинги и стали помощниками инструкторов. Когда мы анализировали полученный опыт, то поняли - очень важно, что мы поступили не так, как обычно поступают в таких случаях карающие взрослые - не стали объяснять ребятам какие они плохие, а были весьма доброжелательны с ними как с людьми, но не снимали с них ответственности за совершенный поступок. Кстати в анкете один из этих ребят на вопрос «Что в тебе изменилось за время посещения «Перекрестка» ответил - «Стал по другому относиться к взрослым»...

## **Формирование неуправляемой группы подростков**

Эта проблема являлась краеугольным камнем наших взаимоотношений с окружающим миром. При желании нашу деятельность можно было схематизировать следующим образом - собрали трудных асоциальных подростков со всей округи, сплотили их в одну большую группировку и периодически оставляют без присмотра (например в выходные дни или поздно вечером). Надо отдать должное - в этом есть доля правды. На какой-то период времени мы действительно оказались неспособными контролировать дейст-

вия наших ребят в свободное от работы время и до нас стала доходить информация о возникновении конфликтов с охраной здания, а один раз даже с соседней школой. С одной стороны это было признаком того, что мы сформировали новую группу, что не могло не радовать. С другой стороны - эта группа была абсолютно неспособной к самоорганизации, вернее способной только к знакомому, асоциальному способу самоорганизации. Тогда мы пересмотрели методы нашей работы и пришли к следующим выводам - во-первых, нам надо постараться научить их быть ответственными за судьбу клуба (т.к. нас действительно могут закрыть, если дальше так будет продолжаться), во-вторых - организовать свою работу так, чтобы больше времени проводить с ребятами, больше вовлекать их в интересные формы времяпрепровождения, а в-третьих - попробовать научить их более конструктивным формам самоорганизации. Нам удалось воплотить в жизнь первые две идеи, а третью оставили как задачу на следующий этап работы клуба. Пока трудно оценить получилось ли у нас изменить ситуацию, можно только сказать, что в последнее время конфликтов не было кроме одного, возникшего по вине сотрудников, случая. В мае праздничные дни пришлось на рабочую неделю, мы распределили между собой дежурства по клубу, но недопоняли друг друга и в результате очередное чаепитие в клубе не оказалось никого из взрослых. Ребята ждали долго и в результате кто-то ушел, а наиболее обиженные остались и разломали (несмотря на увещевания охранника) беседку во дворе клуба. Мы понимали, что им было обидно и другого способа справиться с этим не было, и собирались беседку чинить как только разрушители появятся. Но пока (хочется надеяться именно пока) они так и не появились в клубе - что говорит о том, что им по крайней мере неловко здесь появляться, а это достаточно социальное чувство.

Так или иначе сейчас у основного контингента клуба чувство ответственности за судьбу клуба явно появилось. Ребята пытаются помочь нам решить проблемы с помещением, сознательно не связываются в конфликты вне клуба.

## **Стекла**

Разбитые стекла постепенно стали обыденностью - то кто-то кого-то толкнул, то мячик, то закрыли неаккуратно. Надо сказать что наше помещение было не совсем приспособлено - очень много очень больших окон. И хотя мы не снимали ответственность с ребят (у нас была символическая отработка - помощь завхозу и дворникам) нужно было как то кардинально решить проблему. Выход нашелся - на рамы набили деревянных реечек и число разбитых стекол свелось к нулю.

Проблема небольшая, но для нас оказалась поучительной - всегда надо проанализировать почему подросток совершил в нашем понимании «хулиганский» поступок - может быть дело не в его асоциальности а в неприспособленности окружающей среды?

## **«Халява»**

Очень многим детям и подросткам, особенно из социальнодезадаптированных семей знакома такая форма социальной работы, как благотворительность. Часто ребята начинали знакомство с нами с вопроса «А здесь какие подарки дают?» и когда узнавали, что никакие, очень расстраивались и считали клуб совершенно бесполезным. Проблема потребительского использования клуба в разных целях не раз вставала для нас достаточно остро - иногда это касалось материального обеспечения клубной деятельности, например чаепитий, оплаты различных мероприятий и т.д., а иногда - содержательной стороны нашей работы. Нам очень не хотелось превратиться в таких взрослых, которые готовы развлекать ребят, только бы они не причиняли им беспокойства. Обязательно перед каждым мероприятием мы планировали участие подростков, придумывали способы их активного вовлечения в клубную жизнь. С точки зрения содержания работы это решалось достаточно просто - всегда были ответственные за проведение мероприятий, всегда мы старались все делать вместе и рядом. Но вот материально мы так и не смогли (пока!) найти возможную форму участия подростков в организации мероприятий. Поскольку физически наши ребята вполне способны зарабатывать деньги, нам кажется очень важным помочь им научиться осознавать финансовую ответственность

за свою жизнь. В дальнейшем мы планируем организовать возможность подработок для наших подростков, чтобы они смогли самостоятельно финансировать проведение чаепитий, походов, поездок и т.д.

## **Границы**

Где кончается моя личность и начинается территория другого человека - один из наиболее актуальных вопросов подросткового периода развития человека. В это время мы пробуем на прочность границы других и тем самым проверяем прочность и протяженность собственных. Чем стабильней ситуация вокруг личности, тем проще разобраться с собственными границами, осознать величину и качество собственной территории. Для поддержания стабильной и безопасной обстановки в любом социуме нужны правила - поэтому первоочередной задачей работы нашего клуба было принятие четких правил. Несмотря на достаточную ясность в этом вопросе в наших головах, на нашу крайнюю принципиальность во многих вопросах - у нас не получалось стопроцентного следования всем нашим правилам, хотя по сравнению с окружающим миром мы были более стабильной и надежной системой для наших ребят. Так или иначе становлении клубной деятельности можно выделить два основных этапа проверки границ. Первый этап был для нас достаточно простым - ребята проверяли нас на способность следовать правилам - сначала все было хорошо, все соблюдалось, потом, например, кто-нибудь из наиболее активных и авторитетных ребят приходил не трезвым или откровенно свинячил на территории клуба и все, затаив дыхание, смотрели как же мы будем справляться (см. про употребление ПАВ). Мы расценивали эту ситуацию всегда как испытание наших границ и были принципиальны и сейчас все проще достаточно сказать один раз (в крайнем случае два) и беспорядок устраняется. Второй этап (пока трудно сказать этап ли это - мы в процессе) заключается в попытке установить с нами слишком близкие отношения - заходить в комнату без стука, нарушать физические границы, подшучивать и т.д. С этим сложно - иногда, особенно когда устали, особенно когда вместе прыгали с парашютом и бродили под дождем в лесу, очень трудно сказать -

«почему без стука?». Пока получается только достаточно жестко отсекай проявления фамильярности, в этом мы успешны, видимо потому что не боялись быть резкими и жесткими даже с самыми-самыми и ребята научились чувствовать эту грань. Что касается вместе попить чаю в нашем кабинете в конце рабочего дня и поболтать о личном - может это и неправильно, но и нам и ребятам это нравится, мы чувствуем себя ближе и теплее.

### **Принадлежность течениям и группировкам**

Скинхэды, брэйкеры, спартаконцы, динамовцы - честно говоря, сначала это все весьма тревожило. С болельщиками все стало понятно достаточно быстро - в клубе мирно уживаются представители всех разновидностей спортивных фанатов, даже умудряются дружить проводить вместе свободное время.

Гораздо больше беспокойства вызывали у нас наши «скины» - бритоголовые здоровяки в камуфляжных штанах и высоких ботинках, приветствующие друг друга исключительно вытягивая вперед руку и выкрикивая «хайль» и при любой возможности рисующие свастику. В первые месяцы работы с ними иногда внутри все просто закипало от возмущения, но все таки хватало терпения и понимания не принимать репрессивных мер. Мы неоднократно обсуждали между собой эту проблему и объясняли друг другу, что для подростков очень важно актуализировать свою отторженность от общества, а для этого найти форму при которой общество поведется, и будет демонстрировать свое неприятие. Сейчас скинхеды это единственная отторгаемая обществом форма проявления себя - панки, металлисты, хиппи это сейчас вполне принимаемые всеми ребята, можно сказать добропорядочные граждане, а скины вызывают массу эмоций и у бабушек и у милиционеров. Соответственно, как мы можем с этим справиться? Очень просто - сделать так, чтобы механизм перестал работать, т.е. чтобы с одной стороны такая форма проявления себя не вызывала необходимого им возмущения, а с другой стороны помочь им развести понятие личности и поведения. Мы строили открытые, принимающие отношения с самими ребятами, при этом всегда говорили о своем неприятии фашизма как явления и как формы их поведения. Похоже это срабо-

тало, и из фашистов они превратились в нацистов, из нацистов в расистов, а сейчас постепенно сходят на нет экстремальные формы проявления в скинхэдства и один из лидеров этой группировки в клубе готов ставить на дискотеке «враждебную» (рэп и т.д.) музыку и периодически забывает о своей принадлежности к великому течению.

Наши опасения по поводу возникновения войны внутри клуба между брэйкерами и скинхэдами оказалось напрасными - даже в самые острые моменты они уживались, даже умудрялись по очереди пользоваться магнитофоном - сначала брэйкеры слушают свою музыку, потом «скины» свою. С течением времени это разделение исчезло - общие походы, общие дискотеки, поездки появилась новая группировка «Перекресток».

### **Школа**

Достаточно очевиден тот факт, что подростки должны ходить в школу. И если в школу они не хотят ходить, а в «Перекресток» хотят, то это не значит, что так и надо делать. Бывали такие моменты, когда дружественные нам социальные работники и родители обвиняли нас в том, из-за нас ребята прогуливают школу. С одной стороны можно возразить, и сказать, что если бы нас не было, они прогуливали бы школу в другом месте, и неизвестно что лучше. С другой стороны - мы должны способствовать социализации наших ребят, следовательно, мы должны каким-то образом способствовать тому, чтобы они получали образование. Сначала у нас в руках был только один способ - получив информацию от социальной службы о проблемах с учебной, мы могли поговорить об этом, и сказать, что мы будем вынуждены ограничить его посещение «Перекрестка». Надо сказать, что сработало это только один раз - нам пришлось запретить ходить в спортивный зал молодому человеку в учебное время, но во всех остальных случаях мы не могли непосредственно влиять на отношение к учебе. Тогда мы решили, что мы можем только создавать мотивацию к учебной деятельности, чем сейчас постепенно и занимаемся - постепенно раскрывая возможные перспективы во время обычных разговоров. В планах у нас организация совместного выполнения школьных заданий - по-



пробуем отвести для этого специальную комнату и специально интересоваться состоянием учебы ребят. И тем не менее мы продолжаем оставаться убежденными в том, что поддержка образовательного процесса не наша задача - мы стараемся поддерживать процесс развития личности, а образование - задача уже самой личности.

### **Включение в общую структуру реабилитационного пространства**

Вначале нашего функционирования казалось, что взаимодействие с другими программами и службами реабилитационного пространства проблемным не будет. Они нам мотивированных на реабилитацию химически зависимых подростков, а мы им реабилитированных и социализированных членов общества. И действительно дети приходили, но чего-то не очень мотивированные. Мы себя решили, мол, мотивация не наше дело, потом этот вопрос пришлось пересмотреть. Когда же это стало нашим делом, необходимость в связях с социальными работниками, как представителями реабилитационного пространства отпала: приводят новых детей и замечательно, может, кто и задержится. Работа клуба построена таким образом, что мы принимаем детей без всего того груза отношений и нерешенных проблем, который есть у них в жизни. Озабочившись какой-нибудь проблемой, мы пытались обращаться за информацией в информационно-координационный центр (ИКЦ) проекта. Однако объем и характер полученной информации нас не устраивал, а часто и просто ограничивался сведениями, предоставленными нами же в ИКЦ. Еще в начале проекта мы пытались соотнести наши ценностные ориентиры с другими реабилитационными программами. Тем не менее, нам удалось только развести сферы ответственности, и то это далось большим трудом, так как клуб формировался в процессе реализации проекта. Некоторые части проекта, такие как «Восстановительное правосудие», остались для нас загадочными. Способы взаимодействия с ними носили отрывочный, в основном теоретический характер: мы проясняли методологию, делились концепциями, но не работали вместе.

Подростки, посещающие наш клуб, существуют не только в

нем. А если мы и являемся для них той первичной коммуникативной средой, через которую они, возможно, могут начать принимать себя, других, общество, то мы, отнюдь, не всеисчерпывающи. Мы не можем дать ответы на все вопросы, разрешить все их проблемы. Они продолжают жить в обществе, общаться с другими людьми. Процесс социализации организуется не только нами, необходимо сотрудничество различных организаций и служб для целостного подхода к проблеме социальной дезадаптации.

Из вышесказанного следует, что проблема взаимодействия и соотнесения целей внутри проекта осталась нерешенной и плавно перетекает в следующий проект или другой способ взаимоотношений с социальными и реабилитационными структурами.

## ТРЕБОВАНИЯ К СОТРУДНИКАМ

---

### Соблюдение правил

Взаимодействие с подростками, которые постоянно проверяют твои границы на прочность, сложно. Найти оптимальную дистанцию для общения трудно и ее надо постоянно удерживать (об этом уже писалось выше).

Поскольку одной из основных наших задач является профилактика химической зависимости, требование к сотрудникам не просто трезвость на работе, но не употребление ПАВ. Исключением является никотин, двое из авторов курят, а поэтому мы не имеем внутреннего права настаивать на не курении подростков. Мы можем требовать от подростков только то, что делаем или можем делать сами.

### Образование

Для работы с подростками требуется не только желание, но и некоторый объем знаний, позволяющий понимать и адекватно реагировать на поведение, которое не свойственно детям из благополучных семей и другим возрастным категориям. У каждого из сотрудников в том или ином виде есть опыт работы и взаимодействия с подростками будь то тренинги в учебных заведениях, врачебный прием или опыт преподавания. Все сотрудники получают или получили образование в сфере «человек-человек» (в основном это психологи).

### «Интересность»

Личный интерес в нашей деятельности столь же необходим, сколь и образование, без личной «включенности» невозможно долго работать в этой сфере, тем более, что и деньги обычно за это платятся маленькие. Без совместного проживания и способности сопереживать работа быстро становится невыносимой неинтересной. Нам важно, что мы работаем с подростками, нам важно, что с ними происходит, нам важно куда они двигаются, но также нам важно куда двигаемся мы вместе с ними.

### Личностный рост

Мы развиваемся вместе с подростками, и каждый по отдельности. Для того чтобы заниматься чужим развитием, надо прежде всего развиваться самому. Развитие, для нас, - процесс взаимный. Каждый из сотрудников решает для себя как он может работать с собственными проблемами так, чтобы это не переносилось на воспитанников, кто-то ходит на психотерапию, кто-то обучается ей.

### **Разделение принципов**

Иногда нам бывает очень трудно договариваться между собой и возможно мы бы никогда не договорились, если не имели общих критериев, общих принципов, на которых и базируется наша совместная работа в клубе. Принципы (они перечислены вначале) - это то, что нас объединяет поэтому без них наша работа стала бы еще труднее.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Установился доверительный контакт подросток-взрослый
2. Образовалось подростковое сообщество. Качество сообщества поддерживает возможность адаптации подростков и эффективность предлагаемых методов
3. Сформировалась среда, достаточно безопасная для апробации новых форм поведения и взаимодействия

### **У подростков появились**

1. Мотивация на изменения
2. Способ самореализации
3. Тенденция к изменениям в иерархии ценностей
4. Новый опыт (трезвый кайф, эффективное и уважительное взаимодействие с взрослым)
5. Выработалось понимание подхода к работе клуба сотрудниками.
6. Статистический анализ деятельности

## ВЫВОДЫ

1. Очень важна приспособленность помещения для клубной работы.
2. Подростки готовы к контакту и работе. Болеет того, они хотят этого гораздо больше, чем мы того ожидаем. Существует опасность, что взрослые могут оказаться не готовы к контакту требуемой подростками интенсивности.
3. Во время поиска решения конфликтных ситуаций важно уходить от стереотипов.

## СПИСОК ИСПОЛЪЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Бандура А. Подростковая агрессия. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 1999

Баярд Д. Ваш беспокойный подросток. М. 1992

Бютнер К. Жить с агрессивными детьми, Ленинград: Педагогика, 1991.

Выготский Л.С. Психология. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2000

Защита прав ребенка, сборник, М.: РБФ «НАН», 1999

Клуб общения для подростков, Москва, 2000.

Крайг Г. Психология развития. СПб, 2000

Личко А.В., Битенский В.С. Подростковая наркология.

Подросток на перекрестке эпох. М.: Генезис, 1997

Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. М.: Мир, 1994

Сборщикова К.И., Терентьева А.В. Развитие ребенка в алкогольной семье. Возможности психокоррекции и реабилитации. М.: журнал: Школа здоровья 1998 г. №1

Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Зыков О.В., Терентьева А.В., Баушева И. Л. Концептуальная программа злоупотребления наркотиками и другими психоактивными веществами среди подростков и молодежи. М.: РБФ «НАН» 1999

Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. М.: Генезис, 1999г.

Снайдер Ди. Для подростков, или как найти свое место в жизни. М.: АСТ -ПРЕСС, 1997

Ширгалин Б, Работа с детьми группы риска. М.: РБФ «НАН», 1999

Fleming M. 101 Support Group Activities for Teenagers Affected by Someone Else's Alcohol / Drug Use. Minneapolis: Johnson Institute, 1992

Krosness L. Teen Age Power Program. Stockholm: T.A.P.P., 1995

Woititz J. G. Adult Children of Alcoholics. Florida: Health Communications, Inc., 1983

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### ИГРЫ, В КОТОРЫЕ ГОТОВЫ ИГРАТЬ ПОДРОСТКИ.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
1. Игры на знакомство				
<b>«Стул справа»</b>	Все сидят на стульях в кругу, водящий в центре, один стул пустой. Задача водящего - занять стул. Тот из игроков, для кого пустой стул находится под правой рукой, должен хлопнуть по нему и назвать ими любого из участников игры до того, как водящий на него сядет. Если не успел - сам становится водящим. Успел - названный игрок садится на этот стул и задача нового игрока, от которого вновь освободившийся стул стал справа успеть сделать тоже самое.	Знакомство, сплочение группы, разрядка	любое	Трудности с одинаковыми именами
<b>«Снежный ком»</b>	По кругу каждый называет свое имя и имена всех уже назвавших перед ним.	Знакомство, сплочение	до 30	Можно к имени добавлять что-нибудь о себе, например - что нравится делать.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Я никогда не..»</b>	Участники по очереди говорят фразу, начинающуюся со слов «Я никогда не..». (Например - «Я никогда не прыгал с парашютом»). Остальные участники загибают по одному пальцу на руке, если для них утверждение не верно (т.е. они, например, прыгали с парашютом). Выигрывает тот, у кого останется последний не загнутый палец на руках. Ведущий заранее говорит, что фразы должны соответствовать реальности, и пальцы загибать надо по честному.	Знакомство в игровой форме, разрядка, переход от игровых к более серьезным формам активности.	5-15	Нужно оговорить, что не считаются вещи, связанные с половыми различиями. Выигрывает человек с самым разнообразным жизненным опытом, а проигрывает с самым богатым, т.е. это может благотворно влиять на самооценку человека.
2. Игры на каждый день (любимые). Могут быть разминками.				
<b>«Черные шнурки»</b>	Все сидят на стульях в кругу, ведущий в центре круга предлагает поменяться местами тех, у кого, например, черные шнурки. Задача всем найти себе место, в том числе и ведущему. Тот, кто место не нашел, становится ведущим.	Разрядка, возможность для проявления фантазии, возможность увидеть общее .	6-25	По ходу игры ведущие могут подавать пример более интересных признаков, например различный личный опыт, перееживания и т.д.



Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Переманивания»</b>	Половина групп сидит на стульях лицом в круг, половина стоит за стульями сзади. На одном стуле никто не сидит и задача того, кто стоит сзади переманить кого-то на свой стул так. Чтобы это не заметил тот, кто стоит за стулом. Задача того кто стоит за стулом не пустить (поймать) «своего» сидящего.	Разрядка, сплочение, проявление личных (особенно между мальчиками и девочками!) взаимоотношений.	11-25 нечет. кол-во	Не очень идет в однополых группах.
<b>«Салки-обнималки»</b>	Водящий может осалить того, у кого нет пары (за пару надо крепко держаться). Если образовалась тройка, салить можно того, кто присоединился последним.	Разрядка, взаимовыручка, «спасающий физический контакт».	6 - 30	Просторное, безопасное помещение.
<b>«Стул сорел»</b>	Стулья (на один меньше чем участников) ставятся в круг сиденьями наружу. Все бегая по кругу не касаясь стульев и по команде ведущего садятся. Тот, кому не хватило стульев выбывает, один стул убирается.	Разрядка	6 - 30	Неизбежен соревновательный характер игры. При большом количестве участников можно убирать сразу несколько стульев.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<p><b>«Птицы, блохи, пауки»</b></p>	<p>Группа делится на две команды. Каждая команда в тайне от другой решает кем она будет - «птицами», «пауками» или «блохами». Две команды встают в линейки в центре зала лицом друг к другу. По команде показывают друг другу жест, обозначающий выбранное животное. Пауки убегают от птиц, блохи от пауков, птицы от блох. Тот, кто не успел добежать до противоположной стены, переходит в другую команду.</p>	<p>Разрядка. Концентрация внимания</p>	<p>10 - 30</p>	<p>Просторное, безопасное помещение.</p>
<p><b>«Телетайп»</b></p>	<p>Участники встают в круг держась за руки. Один из участников посылает телеграмму называя имя адресата. Телеграмма передается по кругу незаметным нажатием рук. Задача ведущего, который стоит в центре, заметить пожатие. Тот кого заметили становится ведущим.</p>	<p>Групповое сплочение, снятие возбуждения.</p>	<p>6 - 20</p>	<p>Можно использовать для завершения занятия.</p>

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
3. Игры для тренинга-испытания				
«Путаница»	Каждый берет за руки двух разных людей стоящих, желательно, не рядом. Задача - не разнимая рук распутаться в новый круг.	Сплочение и бережное отношение друг к другу, снятие возбуждения.	5-10	Перед началом распутывания рекомендуется отметить необходимость бережного отношения друг к другу, уникальность и ценность каждого. Можно использовать для завершения занятия.
«Рисунок с поводьярем»	Группа разбивается на пары, одному из пары завязывают глаза. «Поводырь» подводит партнера к рисунку на стене и используя только вербальные инструкции помогает ему дорисовать элементы рисунка.	Снятие возбуждения межличностный контакт, опыт беспомощности и ответственности, доверия партнеру.	По парам	Рисунки надо подготовить заранее. Во время игры обращать внимание на то, что происходит со «слепым».

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
«Доверяющее падение»	Один из участников падает на подставленные руки остальных с более высокой позиции, спиной. Задача группы - его не уронить. Перед падением участник спрашивает «Страхующие готовы?», на что стоящие внизу отвечают - «Готовы». Затем спрашивает ведущего «Падать?», на что ведущий отвечает «Падать». Падение производится с прижатыми к груди скрещенными и сцепленными руками с абсолютно прямым телом. Прогиб тела затрудняет поимку падающего и «портит» впечатление падающего. С высотой падения можно экспериментировать, (минимальная удобная высота - стол, подоконник).	Опыт преодоления недоверия и страха. Опыт доверительного отношения и поддержки. Ощущение кайфа у падающего.	7-15	Ответственность ведущего обеспечить безопасность участников. Важно жестко следить за соблюдением правил, в противном случае проведение упражнения прекращается. Обязательно сначала увидеть и принять участие в упражнении, а потом проводить с подростками. После выполнения упражнения обязательно проведение обсуждения в группе.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Стенка»</b>	Группа должна перебраться через веревку, натянутую на уровне плеча, не задев ее. Если один из участников задел веревку, то выполнение упражнения начинается сначала. Возможны усложненные варианты проведения - ограничение по времени, натягивание второй веревки, ограничивающей пространство сверху, выполнение упражнения молча, небольшое повышение уровня веревки через каждые 10-15 минут, снятие баллов за тренинг при понижении веревки или разрешении не проходить одному человеку и т.д.	Выработка конструктивных форм взаимодействия и решения проблем. Поиск конструктивных форм выхода агрессии. Достижение поставленной цели и осознание права передумать. Выявление лидеров в группе.		Ведущий обеспечивает безопасность. Выполнение упражнения сложно физически и травмоопасно. Может спровоцировать агрессивное поведение, причем агрессия может быть направлена на других участников, на ведущих, на себя. Выполнение упражнения может очень затянуться по времени -это надо учитывать в планировании тренинга. Обязательно сначала увидеть и принять участие в упражнении, а потом проводить с подростками. После выполнения упражнения обязательно проведение обсуждения в группе.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Тролли»</b>	Тролли перебираются через болото. Исходное положение - группа находится за проведенной на полу или земле чертой. Задача - перебраться через некоторое пространство ( 10-15 м ), и оказаться всем за другой чертой. Для того чтобы перебраться можно использовать две доски (60-70 см). В каждой доске вбит гвоздь и к нему привязана веревка (1,5 м). Если кто-нибудь из участников наступает на землю - вся группа возвращается в исходное положение.	Выработка конструктивных форм взаимодействия и решения проблем. Поиск конструктивных форм выхода агрессии. Достижение поставленной цели и осознание права передумать. Выявление лидеров.	7-15	Возможно ограничение упражнения по времени. После выполнения упражнения обязательно проведение обсуждения в группе.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
«Магические квадраты»	На земле или на полу рисуется сетка из 64 (8x8) квадратов ( можно несколько больше). Задача - всей группе перейти на другую сторону, причем наступать можно только на некоторые квадраты, составляющие извилистую «тропинку», заранее придуманную ведущим. Если участник наступает на «неправильный» квадрат, ведущий подает условный сигнал (например звук «пи») и участник возвращается тем же путем, каким пришел. Все участники пробуют пройти в порядке очереди, которая не нарушается (сначала все пробуют один раз, потом второй и т.д.). Время выполнения упражнения ограничено. Сначала группе дается 10 на обсуждение возможной стратегии, затем 20 минут на выполнение. Выполняется упражнение молча, за каждое произнесенное слово группа штрафует на 0,5 минуты.	Выработка конструктивных форм взаимодействия и решения проблем. Поиск конструктивных форм выхода агрессии. Выявление лидеров в группе.	7-20	После выполнения упражнения обязательно проведение обсуждения в группе.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
«Летающее яйцо»	Участникам дается 1 сырое яйцо, 2 листа бумаги формата А4, несколько соломинок для коктейля, ножницы, немного скотча и пластмассовый или бумажный стаканчик. Задача - придумать конструкцию упаковки яйца таким образом, чтобы его можно было скинуть с высоты второго этажа и не разбить. 10 минут дается на обсуждение и выбор стратегии выполнения упражнения (не прикасаясь к предложенным предметам), затем 20 минут на создание придуманной конструкции, причем делается это молча и за каждое произнесенное слово штраф - 0,5 минуты. Затем ведущий с кем-нибудь из участников группы сбрасывает яйцо.	Групповое взаимодействие, выявление лидеров, поиск конструктивных способов решения проблем. Осознание подростками большей важности процесса нежели результата.	7-10	Обязательно групповое обсуждение после выполнения упражнения. Выполнение упражнения может быть предложено сразу нескольким группам, что вносит соревновательный элемент в процесс выполнения.



Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
« <b>Башня</b> »	Участникам дается пачка соломинок для коктейля, скотч и ножницы. Задача построить высокую башню используя предложенные материалы. Прикреплять или подвешивать башню к любым поверхностям нельзя. 10 минут дается на обсуждение и выбор стратегии выполнения упражнения (не прикасаясь к предложенным предметам), затем 20 минут на создание придуманной конструкции, причем делается это молча и за каждое произнесенное слово штраф - 0,5 минуты.		7-10	Обязательно групповое обсуждение после выполнения упражнения. Выполнение упражнения может быть предложено сразу нескольким группам, что вносит соревновательный элемент в процесс выполнения.
« <b>Бревно</b> »	Участники встают в шеренгу на бревне, скамейке или обозначенной на полу полосе (шириной чуть больше длины ступни, длиной достаточной для того, чтобы все стояли вплотную друг к другу). Задача - поменяться местами так, чтобы встать в зеркально отраженном порядке. При заступе за черту или падении с бревна участники встают в исходную позицию и начинают сначала. Можно засесть время и после завершения упражнения предложить сделать за меньшее время и поставить собственный рекорд.	Групповое взаимодействие, выявление лидеров, поиск конструктивных способов решения проблем. Телесный контакт.	10-15	Обязательно групповое обсуждение после выполнения упражнения. Выполнение упражнения может быть предложено сразу нескольким группам, что вносит соревновательный элемент в процесс выполнения.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Плот»</b>	Легенда - после кораблекрушения команда корабля оказалась посреди океана на маленьком плоту. Участникам предлагается большой лист ватмана, на который они все должны поместиться не заступая на пол. Величина листа подбирается в зависимости от величины группы - поместиться должно быть не очень сложно. На «плоту» надо продержаться 30 секунд. Затем к «плоту» подплывает «акула» и небольшой кусочек ватмана вырезается (приблизительно 1/8 куска). Задача повторяется. И так до тех пор, пока не останется 1/4 исходного листа ватмана.	Групповое сплочение, взаимодействие, поиск конструктивных способов решения проблем, телесный контакт.	7-15	Обязательно групповое обсуждение после выполнения упражнения. Выполнение упражнения может быть предложено сразу нескольким группам, что вносит соревновательный элемент в процесс выполнения.
<b>«Слепой треугольник»</b>	Участникам завязываются глаза и предлагается найти спрятанную в комнате веревку и сделать из нее равносторонний треугольник так, чтобы все участники держались за веревку.	Групповое взаимодействие, выявление лидеров, опыт новых форм взаимодействия с окружающим миром.	7-15	Обязательно групповое обсуждение после выполнения упражнения. Важно обеспечить безопасность участникам при поиске веревки.
<b>«Построитесь по...»</b>	Участники строятся в шеренгу по любому признаку (рост, вес, цвет волос, величина ладони, веселость, активность и т.д.)	Разрядка, сплочение. Осознание относительности любой системы оценки.	Любое	Важен комментарий ведущего по поводу разных систем оценки. Это может помочь осознать подростку первый он или последний зависит не от него, а от оцениваемого критерия.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Два паровозика»</b>	Участники разбиваются на команды, по 5-6 человек и встают «паровозиком». Голова паровозика зрячая, все остальные слепые. Паровозики двигаются не задевая друг друга. Ведущий дотрагиваясь до последнего «вагона» и он переходит на место паровоза.	Сплочение, опыт ответственности и беспомощности, доверия к другим участникам.	5 - 30 всего	Просторное, безопасное помещение, ведущий следит за безопасностью
<b>«Койот и кролик»</b>	Участники сидят в кругу и передают друг другу два мяча, один «кролик», другой - «койот». Задача «койота» - поймать «кролика». «Кролик» может прыгать из рук в руки, а «койот» « только передаваться из рук в руки сидящих рядом. Если два мяча оказались в одних руках - «койот» поймал «кролика».	Разрядка, снятие возбуждения, тренировка реакции, сплочение группы.	6 - 15	Довольно сложно, дети с медленным типом мышления могут не справляться и выпадать из процесса.
<b>«Кочки»</b>	На листочках пишется по одному слову из пословицы, листочки раздаются участникам (в произвольном порядке). Участники встают в линейку на листы бумаги (А4). Задача - не становясь на пол построится в правильном порядке. Если участник наступает на пол - все начинается сначала.	Сплочение, разрядка, выработка групповой стратегии решения проблемы.	7-10	Ведущий должен иметь «банк» пословиц с разным количеством слов.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>4. Упражнения и игры для тренинга продвинутого уровня</b>				
<b>Вопросы на бумажках</b>	Каждый пишет на маленькой бумажке вопрос, на который хотел бы получить ответ (вариант - на который сам бы хотел ответить). Бумажки с вопросами складываются в шляпу. Перемешиваются и раздаются участникам в произвольном порядке. Каждый отвечает на тот вопрос, который ему достался.	Знакомство, выход на серьезный разговор, возможность увидеть товарищей по группе с новой стороны.	любое	Возможный уход от серьезной работы - написание вопросов типа «Какого цвета у меня волосы?». Ведущий может заранее сказать, каково было бы ему получить такой «вопрос-отмазку».
<b>«Выход - вход в круг»</b>	Задача одного из участников любым способом выйти или войти из круга, задача группы не дать ему это сделать. Применимы любые методы - от физических до убеждения.	Противостояние группе, умение убедить, умение сказать «нет».	6 - 12	Может стимулировать групповой процесс.
<b>«Ассоциации»</b>	Мяч перекидывается в кругу (произвольно) и каждый у кого в руках мяч называет слово. Тот кому мяч перекинули называет слово - ассоциацию к сказанному предыдущим участником.	Ассоциативное мышление, знакомство.	6 - 20	Может быть задана тема для ассоциаций - чувства, части тела, проблемы, приятные вещи. Игра может быть неплохим переходом от одной темы к другой.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Слепец и поводырь»</b>	«Поводырь» ведет участника с завязанными глазами на другой конец комнаты преодолевая препятствия с помощью устных рекомендаций. Остальные наблюдают. Усложнение упражнения - нужно пройти через комнату по хаотично расставленным стульям. Поводырь может поддерживать слепца.	Опыт ответственности и беспомощности, доверия партнеру. Ощущение собственного страха и его преодоления.	Работа в паре	Участники могут по разному доверять разным членам группы. Можно попробовать разных партнеров.
<b>«Слепой паровозик»</b>	Участники сцепляются в маленькие паровозики по двое или по трое. Тот кто спереди закрывает глаза и слушается движений последнего. Тот кто в середине - нейтрален. Игра происходит молча. Интересно когда одновременно двигаются не меньше 5 паровозиков.	Разрядка, сплочение. Опыт ответственности и доверия или недоверия партнеру. Внимание к телесным ощущениям.	Чем больше тем лучше	Активно включен телесный компонент, что может вызывать у подростков самые разные эмоции. На материале этой игры можно говорить о телесных проявления доверия и недоверия.
<b>Горячий стул</b>	Один из участников по желанию садится в центр круга, остальные говорят ему с чем (или кем) он у них ассоциируется, какие чувства вызывает. Затем обсуждаются переживания всех участников во время упражнения.	Навык восприятия мнения окружающих о себе. Провоцирует возникновение сильных переживаний, развитие группового процесса.	10 -20	При работе с подростками возможно при достаточно высоком уровне безопасности на группе и способности участников говорить о своих переживаниях и не оценивать друг друга.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Закрашивание контура человека»</b>	Участникам раздаются листы бумаги с контурами человека (см. приложение). Под медитативную музыку группе предлагается вспомнить когда испытывалось то или иное чувство, свои ощущения в теле в это время и затем изобразить на контуре человека это чувство (желательно используя разные цвета).	Внимание к собственным чувствам и переживаниям, установление связи между чувством и его проявлением в теле.	Любое	Такие упражнения помогают ощутить свои чувства как свою собственность. Нужны контуры человечков и цветные фломастеры в достаточном количестве.
<b>«Ужасно-прекрасный рисунок»</b>	Участникам раздается по листу бумаги и по одному фломастеру. Предлагается нарисовать «прекрасный рисунок». После этого рисунок передается соседу справа и тот делает из полученного рисунка в течение 30 секунд «ужасный рисунок» и передает следующему. Следующий участник делает «прекрасный рисунок». Так проходит весь круг. Рисунок возвращается хозяину и упражнение обсуждается.	Стимулирование группового процесса, разрядка, выражение агрессии.	7-12	Помогает выразить накопившуюся агрессию.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Кораблекрушение»</b>	Участникам раздается список предметов (см. приложение) и диктуется инструкция (см. приложение). Сначала каждый выполняет задание самостоятельно, затем объединяются в пара или группы по 3 - 4 человека, приходят к общему мнению, затем делают то же самое всей группой. Обсуждение.	Упражнение на формирование навыка противостояния групповому давлению и отстаивания собственного мнения. Ознакомление с ролевой структурой группы - выявление лидеров, пассивной части, негативных лидеров, группировок.	5-20	Упражнение занимает много времени (40 минут минимум), возможно проявление агрессии и резкое разделение на непримиримые друг с другом подгруппы.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<p><b>«Ценности»</b></p>	<p>Участникам раздаются по шесть маленьких листочков и предлагается на каждом из них написать то, что им ценно в этой жизни. Затем листочки ранжируются таким образом, чтобы самое ценное оказалось на самом последнем листочке. Ведущий предлагает представить себе, что случилось что-то страшное и из жизни исчезла та ценность, которая написана на первой бумажке. Ведущий предлагает смять и отложить бумажку и осознать как им теперь без этого живется. Затем так происходит с каждой ценностью по порядку. Каждый раз предлагается обратить внимание на внутреннее состояние после потери ценности. Затем ведущий объявляет, что произошло чудо, и появилась возможность вернуть любую из ценностей, можно выбрать одну из смятых бумажек, так шесть раз. Затем предлагается осознать, что произошло, может добавить какие-то ценности, посмотреть, остался ли прежний порядок ранжирования. Обсуждение.</p>	<p>Возможность осознать и почувствовать важность построения собственной иерархии ценностей</p>	<p>Любое</p>	<p>Упражнение выполняется под медитативную музыку, большое значение имеют интонации и голос ведущего, произносимый текст должен быть простым и гладким. Упражнение провоцирует возникновение очень глубоких переживаний. Обстановка во время проведения упражнения должна быть предельно безопасной - не должно быть лишних звуков, никто не должен входить в помещение, участники не должны мешать друг другу (их можно рассадить на комфортное расстояние друг от друга). Ведущему обязательно предварительно надо попробовать проделать это упражнение, оценить его глубину и сложность.</p>



Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Парный поединок»</b>	Участники разбиваются на пары пробуют, находясь в разных исходных положениях сдвинуть друг друга с места. Вариантов может быть много, например: - правыми (или левыми) боками друг другу, правые (или левые) ступни касаются друг друга внешними сторонами, контактируя только плечами - лицом друг другу, ноги вместе, руки чуть согнуты в локтях, контактируя только ладонями, и т.д. В завершение можно предложить встать спиной друг другу и удобно устроиться на спине партнера.	Телесный контакт, осознание наличия различных стратегий решения поставленной задачи.	По парам	При высоком уровне групповой агрессии лучше не делать.
<b>«Свечка» («Колокол»)</b>	Один из участников встает в центр круга, руки вытягивает вдоль тела, закрывает глаза и падает, не отрывая ног, назад. Остальные стоят вокруг плотным кольцом и, не давая выполняющему упражнение упасть, бережно толкают его на противоположную сторону круга.	Телесный контакт, опыт доверия группе, поддержки.	10-15	Ответственность ведущего обеспечить безопасность участников. Важно жестко следить за соблюдением правил. Обязательно сначала увидеть и принять участие в упражнении, а потом проводить с подростками. После выполнения упражнения обязательно проведение обсуждения в группе.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Ладонка»</b>	Каждый обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя, в каждом пальце что-то, что нравится в себе самом. Затем лист передают соседу справа, он в течение 30 секунд пишет на листе (снаружи ладони) что-то, что нравится в человеке, хозяине ладони. Так через весь круг хозяину лист возвращается в перевернутом виде.	Позитивная обратная связь, возможность выражения позитивных эмоций.	10 и больше	Является отличным завершением работы группы.
<b>«Границы», «Скажи СТОП»</b>	Участники по очереди подходят друг к другу, можно разными способами. Тот, к кому подходят должен сказать «Стоп», когда , на его взгляд, партнер подойдет слишком близко.	Осознание собственных физических и психологических границ.	четное, любое	При недостаточном уровне безопасности и глубины работы подростки больше играют - или вообще не дают партнеру шагнуть, или подпускают слишком близко. Но даже в этом случае это может быть полезно для дальнейшей внутренней работы.
<b>Невербальное знакомство</b>	* Участникам предлагается молча и хаотично знакомиться друг с другом – руками с закрытыми глазами – глазами – спинами и т.д.	Опыт преодоления барьеров в общении, осознание собственных сложностей.	любое	Возможно при достаточной «разогретости» группы. Также можно попробовать упорядочить процесс - так, чтобы каждый проконтактировал с каждым

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
5. Разминки (могут использоваться сами по себе, могут как разминка в любом тренинге или во время мероприятий)				
«Дракон»	Все участники встают в цепочку. Первый - «голова дракона», последний - «хвост». Голова должна поймать хвост.	Разрядка, сплочение.	5 - 15	Безопасное помещение
«Кузнечик»	Участники садятся в круг на колени. У всех в руках по однотипному предмету. Все поют песню «В траве сидел кузнечик» и на каждый такт передают свой предмет соседу справа. Во время припева предмет не передается. А в такт мелодии передвигается с место на место перед участником.	Разрядка, смех.	6 - 15	Желательно избегать соревновательных компонентов во время игр на занятиях. Но при желании можно его добавить. В этом случае тот, кто путается, выбывает из группы.
«Белые медведи»	2-3 человека берутся за руки цепочкой «белые медведи». Задача - замкнуть цепочку вокруг остальных участников «пингвинов». Пойманный пингвин» становится «медведем».	Разрядка.	5 - 25	Безопасное помещение
«Собака»	Один из участников начинает описание животного (например, своей собаки) одним предложением и показывая жестом какую-то черту. Следующий участник повторяя высказывание и жест предыдущего прибавляет свою черту (слово и жест) и так далее.	Разрядка, снижение возбуждения, сплочение.	6 -20	Подростки могут смущаться изображать что-то при всех. Желателен высокий уровень «разогретости» группы.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>«Ритм»</b>	Участники по очереди задают ритм хлопками так чтобы он вписывался в уже звучащий.	Сплочение и ощущение общности группы снятие возбуждения, разрядка.	любое	Затрагивает глубинные слои психики, может вызвать самые неожиданные чувства.
<b>«Да-нет»</b>	Ведущий произносит утверждение (например - «Я люблю смотреть футбол»). Все вытягивают руку и если согласны, поднимают большой палец вверх, если не согласны - вниз. Характер утверждений становится более серьезным ( прим. - «Мне иногда бывает одиноко»). Утверждения может произносить любой участник группы.	Помогает увидеть общность и уникальность каждого.	любое	Можно использовать для перехода к работе над серьезными темами.
<b>«Немой зоопарк»</b>	Каждый участник придумывает животное и обозначает его каким-либо жестом. Затем по произвольной цепочке передают друг другу приветы - показывая свое животное и животное того, кому привет передается.	Разрядка. память и внимание, спонтанное мышление.	любое	Затрагивает глубинные слои психики, может вызвать самые неожиданные чувства.

Название	Краткое описание	Цель игры	Число участников	Примечания
<b>Дождик</b>	Все сидят в кругу .Ведущий в центре поворачивается вокруг своей оси и делает определенные движения. Когда он смотрит в глаза участнику, тот начинает повторять движение, и делает его до тех пор, пока ведущий снова не посмотрит на него. Ведущий обводит глазами всех участников по кругу. Первый круг он делает потирает ладони, второй - щелкает пальцами, третий - хлопает в ладоши, четвертый - топает ногами, затем в обратном порядке. Упражнение выполняется молча.	Сплочение, ощущение единства, позитивные эмоции.	12 и больше	Важно молчать и слушать производимый звуковой эффект. Очень похоже на звук дождя.
<b>«1,2,3,4,5»</b>	Участники произносят счет «1,2,3,4,5» делая движения руками (как бы стуча в дверь сначала правой, потом левой рукой, сначала на уровне головы, на уровне пояса), наклоняются вперед и говорят 5 раз «ХИ», затем назад и 5 раз «ХА». Убывая темп делают это 5 раз, затем 4, 3, 2, и 1.	Разрядка, позитивные эмоции.	Любое	Подростки могут чувствовать себя «по-дурацки».