

ГБУ ДПО «Ставропольский краевой институт развития образования,  
повышения квалификации и переподготовки работников образования»

Кафедра психолого-педагогических технологий и менеджмента в  
образовании

# ***Рабочая тетрадь***

*слушателя дополнительной профессиональной программы  
повышения квалификации*

**«Психолого-педагогические аспекты  
профилактики девиантного и аддиктивного  
поведения у подростков в образовательной  
организации»**



Ставрополь, 2021

УДК 159.9

ББК 88.6

Авторы-составители:

**Дробот А.А.** доцент кафедры психолого-педагогических технологий и менеджмента в образовании ГБУ ДПО «Ставропольский краевой институт развития образования, повышения квалификации и переподготовки работников образования», кандидат педагогических наук

**Чурсинова О.В.** доцент кафедры психолого-педагогических технологий и менеджмента в образовании ГБУ ДПО «Ставропольский краевой институт развития образования, повышения квалификации и переподготовки работников образования», кандидат психологических наук

**Ярошук А.А.** доцент кафедры психолого-педагогических технологий и менеджмента в образовании ГБУ ДПО «Ставропольский краевой институт развития образования, повышения квалификации и переподготовки работников образования», кандидат социологических наук

**Психолого-педагогические аспекты профилактики девиантного и аддиктивного поведения у подростков в образовательной организации:** рабочая тетрадь слушателя дополнительной профессиональной программы курсов повышения квалификации / авт.-сост.: Дробот А.А., Чурсинова О.В., Ярошук А.А. - Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2021. - 42 с.

Рабочая тетрадь предназначена слушателям, осваивающим дополнительную профессиональную программу (повышение квалификации) для организации практической работы. Разработана в соответствии с дополнительной профессиональной программой «Психолого-педагогические аспекты профилактики девиантного и аддиктивного поведения у подростков в образовательной организации».

Содержание тетради включает учебный материал, практические задания и упражнения, призванные помочь слушателям в освоении специфики курса «Психолого-педагогические аспекты профилактики девиантного и аддиктивного поведения у подростков в образовательной организации».

Материалы адресованы слушателям курсов повышения квалификации - молодым педагогам образовательных организаций.

## Пояснительная записка

Рабочая тетрадь предназначена для педагогических работников общеобразовательных организаций и разработана в соответствии с дополнительной профессиональной программой (повышение квалификации) «Психолого-педагогические аспекты профилактики девиантного и аддиктивного поведения у подростков в образовательной организации».

Курс направлен на повышение уровня профессиональной компетентности педагогических работников. Рабочая тетрадь призвана помочь слушателям подготовиться как к лекционному, так и практическому занятию, углубить и систематизировать имеющиеся знания.

Рабочая тетрадь построена на основе деятельностного метода с практико-ориентированными заданиями, которые позволяют включить слушателей в самостоятельную практическую деятельность.

Цель рабочей тетради – совершенствование компетенций педагогических работников образовательных организаций в области феноменологии девиантного и аддиктивного поведения подростков, содержания и методов осуществления профилактической и коррекционной работы отклоняющегося поведения.

Задачи рабочей тетради:

- Совершенствование навыков анализа причин и особенностей девиантного и аддиктивного поведения.
- Совершенствование практических навыков диагностики личностных и социально-психологических предпосылок развития девиантного и аддиктивного поведения.
- Овладение основами профессиональной этики при работе с подростками, имеющими разного рода зависимости.
- Развитие навыков применения специализированных психологических методов по преодолению зависимых форм поведения и их профилактике.
- Расширение ролевого репертуара и поведенческая гибкость в сложных ситуациях общения для формирования последовательности действий быстрого реагирования при выявлении отклоняющегося поведения.
- Развитие навыков проектирования профилактических и развивающих программ для сопровождения девиантного и аддиктивного поведения.
- Овладение навыками анализа своей деятельности и умением применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции (для оптимизации) собственной деятельности и психического состояния.

Рабочая тетрадь распределена на темы, которые соответствуют разделам программы дополнительного профессионального образования в ходе очного этапа обучения.

Рабочая тетрадь является компонентом учебно-методического комплекта и используется в тесной связи с лекционным материалом.

В конце рабочей тетради содержатся итоговые задания, которые должен выполнить слушатель самостоятельно.

Задания составлены таким образом, что можно организовать работу со слушателями как индивидуально, так в паре и в группе. После выполнения каждого задания слушателям предлагается сделать выводы, что еще раз поможет обобщить полученные знания.

После освоения дополнительной профессиональной программы, сделанные записи, наблюдения, выводы, рекомендации слушатель сможет использовать в своей практической работе, применить их для анализа и обобщения своего опыта, совершенствования профессиональной деятельности, опираться на них при подготовке выступлений на научно-практических конференциях и семинарах, педагогических советах, заседаниях методических объединений и т.п.

## Тема 1. «Девиянтное поведение и его особенности в подростковом возрасте»



### Задание 1.

Раскройте содержание родственных понятий: «девиация», «отклоняющееся поведение», «социальное отклонение», «асоциальное поведение», «антисоциальное поведение», «аутодеструктивное поведение», «дезадаптация», «десоциализация».

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### Задание 2.

Установите соответствие видов социальных норм и их содержания:

Норма	Специфика
1 Правовые нормы	А) Представляют собой ожидания предписания социальной группы (реальной или номинальной) в отношении ее членов. Носителями этих норм являются конкретные социальные объединения, их лидеры и руководство. Нормы данного вида обычно документально не закреплены.
2. Морально-этические нормы	Б) Закреплены в основных документах государства (конституция, уголовный кодекс, гражданский кодекс). Данные нормы регулируются всей государственной системой.
3. Организационно-профессиональные нормы	В) Сформулированы в международных документах и межгосударственных соглашениях и регулируют отношения между странами (народами).
4. Политические нормы	Г) Регулируются должностными инструкциями, правилами внутреннего распорядка, профессиональными традициями.



### **Задание 3.**

Возможно ли общество, в котором бы вообще отсутствовал социальный контроль? Обоснуйте свое мнение.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 4.**

Приведите примеры того, что в прошлом оценивалось как девиантность, а в настоящее время считается нормой, и наоборот

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 5.**

Приведите конструктивные и деструктивные примеры социальной девиации в литературе и истории.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





### **Задание 8.**

Приведите несколько названий подросткового периода, определите содержание этих названий и проанализируйте их соотношение.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 9.**

Вспомните то время, когда вы были подростком, и те переживания, которые вы тогда испытывали. Определите, было ли течение вашего отрочества кризисным или бескризисным. Приведите аргументы.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 10.**

Вспомните примеры из художественной литературы (герои, события и т.п.), СМИ (газеты, журналы, телевидение, интернет и др.), где показано проявление отклоняющегося поведения и объясните свой выбор

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---







### Задание 3.

Познакомьтесь с психологической диагностикой созависимости.

Инструкция: «Прочитайте утверждения и поставьте перед каждым пунктом то число, которое отражает ваше восприятие данного утверждения: 1 – совершенно не согласен; 2 – умеренно не согласен; 3 – слегка не согласен; 4 – слегка согласен; 5 – умеренно согласен; 6 – полностью согласен.

#### *«Шкала созависимости»*

1. Мне трудно принимать решения.
2. Мне трудно сказать «нет».
3. Мне трудно принимать комплименты как что-то заслуженное.
4. Иногда я почти скучаю, если нет проблем, на которых следует сосредоточиться.
5. Я обычно не делаю для других то, что они сами могут для себя сделать.
6. Если я делаю для себя что-то приятное, то испытываю чувство вины.
7. Я не тревожусь слишком много.
8. Я говорю себе, что все у меня будет лучше, когда окружающие меня близкие изменятся, перестанут делать то, что сейчас делают.
9. Похоже, что в моих взаимоотношениях я всегда все делаю для других, а они редко что-нибудь делают для меня.
10. Иногда я фокусируюсь на другом человеке до такой степени, что предаю забвению другие взаимоотношения и то, за что мне следовало бы отвечать.
11. Похоже, что я часто оказываюсь вовлеченной во взаимоотношения, которые мне причиняют боль.
12. Свои истинные чувства я скрываю от окружающих.
13. Когда меня кто-то обидит, я долго ношу это в себе, а потом однажды могу взорваться.
14. Чтобы избежать конфликтов, я могу заходить как угодно далеко.
15. У меня часто возникает страх или чувство грядущей беды.
16. Я часто потребности других ставлю выше своих собственных.

*Интерпретация:* для получения суммы баллов переверните значения баллов для пунктов 5 и 7 и затем суммируйте. Суммы баллов:

- 16–32 – норма;
- 33–60 – умеренно выраженная созависимость;
- 61–96 – резко выраженная созависимость



### Задание 4.

Как вы понимаете высказывание А. Эйнштейна «Нашедший себя теряет зависимость от чужого мнения»

---

---

---



### Задание 5. Упражнение «Два списка»

Составьте два списка. В первом укажите все то, что ваши родители, учителя или другие взрослые люди делали и говорили вам во время вашего взросления и что, на ваш взгляд, не принесло вам никакой пользы, и даже в некоторой степени было вредно. Во втором укажите все, что ваши родители, учителя и другие взрослые люди не говорили или не делали для вас, и что, как вы теперь полагаете, пошло бы вам на пользу, если бы они это говорили и делали.



### Задание 6. Упражнение «Мои чувства»

Заполните таблицу, поместив ответы в пустые клетки. Во втором столбце опишите свои возможные реакции на чувства, названия которых приведены в соответствующих клетках первого столбца. Помните, что реакция – это импульсивный, нездоровый вид поведения, имеющий целью пресечь то или иное чувство. В третьем столбце в соответствующих клетках опишите подходящие ответные действия, которые вы могли бы предпринять при возникновении такого чувства. Помните, что отклик – правильный вид поведения, способствующий раскрепощению чувств.

Чувство	Реакция	Отклик
Гнев	Обзову другого человека нехорошим словом. Ударю его по лицу.	Отойду в сторону и успокоюсь. Приведу себя в комфортное состояние. Справлюсь со своими чувствами и спокойно объясню, почему разгневалась.
Подавленность		
Ревность		



### Задание 7.

Раскройте содержание анекдотиченной ситуации с точки зрения проблемы формирования созависимого поведения:

«Мама из окна зовет сына.

- Изя иди домой!!
- Мама я что, замерз?
- Нет. Ты хочешь кушать!!!»

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 8.**

Проведение ролевой игры «Семья»

Цель: принять личное участие в решении проблемы, найти возможные стратегии выхода.

Материалы: для того, чтобы ролевая игра прошла более естественно, можно заранее подготовить некоторые атрибуты для членов семьи.

Группа делится на две подгруппы. Каждая подгруппа должна придумать историю семьи, где кто-то страдает зависимостью от компьютерных игр. Вся группа участвует в написании истории, распределении ролей. Задача каждого участника – найти способы решения проблемы и подумать, как лично он может повлиять на ситуацию. Группа разыгрывает ситуацию. После этого необходимо обсуждение наиболее приемлемых способов решения проблемы.

## ***Тема 4. «Психологические особенности зависимой личности обучающегося»***



### **Задание 1.**

Объясните, почему психологические зависимости рассматриваются как форма бегства от действительности.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 2.**

Научные данные свидетельствуют, что подростки с аддиктивным поведением (алкоголики, наркоманы) отличаются суженной временной перспективой.

Чем вы можете объяснить этот факт? Каким образом он отражается на формировании идентичности у этих подростков? Как вы думаете, какой статус идентичности наиболее часто встречается у таких подростков?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 3.**

Перечислите сознательные и бессознательные мотивы аддиктивного поведения

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 4.**

С вашей точки зрения, чем отличается зависимое поведение от вредной привычки? Обоснуйте свой ответ.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 5.**

Перечислите основные проявления алексетимии и определите ее роль в формировании зависимого поведения

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 6.**

Каковы основные формы конформного поведения

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 7**

Определите, относятся ли приведенные ниже ситуации к проявлениям конформизма. Обоснуйте свой ответ.

- Подросток одевается в определенном стиле, потому что хочет вписаться к остальным в свою социальную группу.
- 20-летняя студентка выпивает на вечеринке, потому что все ее друзья делают это, и она не хочет выглядеть странно.
- Женщина читает книгу, чтобы обсудить ее в книжном клубе. Она ей понравилась. Позже, в книжном клубе все критикуют роман, и она начинает оспаривать их мнение.
- Когда все в классе решают, куда поехать на майские праздники, часть класса настойчиво предлагает один вариант, а остальные соглашаются, чтобы не возник конфликт (при этом их большинство).

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 8.**

1. Выберите человека, который как вы думаете, вами манипулирует.
2. Какой баланс «брать-давать» у вас с этим человеком в формате 70/30, 60/40, где 1 цифра – сколько даете вы, 2 цифра – сколько дает этот человек. В сумме должно быть 100%.
3. Подумайте и попытайтесь ответить себе на вопрос: «Чего он добивается своим поведением? Какие выгоды он видит в общении с вами?»
4. Какие очевидные и неочевидные выгоды получаете вы в общении с ним?



### **Задание 9. Упражнение «Скажи нет»**

Цель: исследование и укрепление границ, освоение права на свои границы.

Участники разбиваются на пары. В течение 5 минут один из партнеров обращается ко второму с самыми разными просьбами, задача второго – каждый раз их отклонять, просто отвечая «нет». Без объяснений, оправданий, не вступая в диалог, но – отслеживая, что с ним самим происходит: хочется ли оправдываться, есть ли чувство вины и т.д.

Потом идет обсуждение в парах (кто что чувствовал, было ли трудно или легко, не обижался ли тот, кому отказывали и т.д.).

Затем смена ролей. И общее обсуждение:

- Какие чувства возникли? С чем именно это связано?
- В какой роли быть труднее? Почему?
- Был ли дискомфорт? С чем он был связан?
- Этот опыт как-то связан с повседневной жизнью? В реальности происходит нечто похожее?



### **Задание 10. Упражнение «Останови».**

Участники разбиваются на пары. Партнеры расходятся на достаточное друг от друга расстояние. Первый начинает медленно приближаться ко второму; задача которого – остановить его на оптимальном для себя расстоянии, без слов, жестом.

Каждый из партнеров наблюдает за особенностями происходящего: как именно второй номер остановит первого, как в это включится его тело. Действительно ли это оптимальная дистанция, или надо было остановить раньше? Позже?

Партнеры делятся своими наблюдениями: первый номер говорит, на что обратил внимание в реакциях второго, второй говорит про себя.

Взаимодействие повторяется несколько раз, пока номер второй не найдет оптимальный жест и дистанцию.

**Тема 5. «Характеристика молодежных субкультур как коррелята девиантного поведения»**



**Задание 1.**

Составьте типологию неформальных молодежных объединений, выделив основные их типы

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 2.**

Выберите из приведенного ниже списка примеры неформальных организаций.

Примеры:

- 1) профессиональный союз металлургов;
- 2) дворовая футбольная команда;
- 3) ассоциация преподавателей университетов России;
- 4) клуб подготовки к рождению ребенка;
- 5) объединение соседей по подъезду;
- 6) негосударственный центр детского творчества;
- 7) дачный кооператив;
- 8) товарищество собственников жилья;
- 9) демократическая политическая партия;
- 10) негосударственный пенсионный фонд;
- 11) союз предпринимателей России;
- 12) фонд помощи детям, оказавшимся в сложной жизненной ситуации;
- 13) организация ветеранов войны;
- 14) городской союз композиторов.



**Задание 3.**

Проведите сравнительный анализ понятий: «радикализм – экстремизм – фанатизм – терроризм».

---

---



#### **Задание 4.**

Проанализируйте причины, приводящие юношество к вступлению в различного рода неформальные и религиозные объединения и группировки.



#### **Задание 5.**

В чем проявляется деформация сознания современных молодых людей, вступивших на путь экстремизма



#### **Задание 6.**

Анализ фрагмента документального фильма «Девиантное поведение», выявление мотивов и причин поведения участников группы «Зачем».

***Тема 6. «Интерактивные технологии ведения профилактической работы аддиктивного поведения»***



#### **Задание 1.**

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) предлагает выделять первичную, вторичную и третичную профилактику. Какие задачи могут быть

обозначены в контексте профилактики девиантного поведения современной молодежи на каждом из этих уровней?

Уровень профилактики	Задачи
Первичная	
Вторичная	
Третичная	



### Задание 2.

Зависимость иногда метафорически называют *болезнью «замороженных» чувств*. Как вы думаете почему?

---

---

---

---

---

---

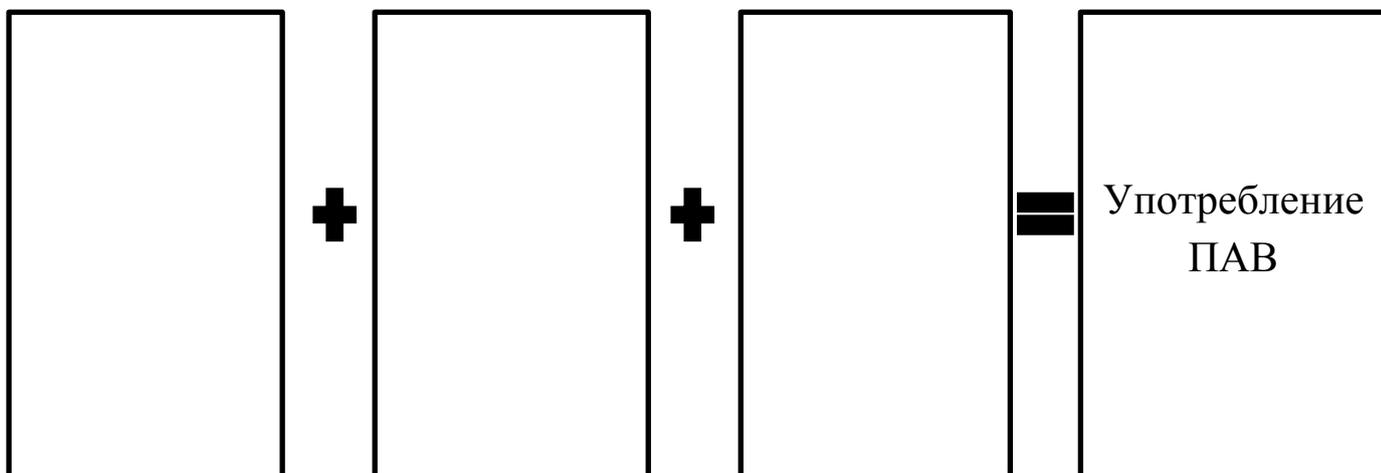
---

---



### Задание 3.

Заполните схему:



### Задание 4.

Перечислите плюсы и минусы беседы, как метода профилактики аддиктивного поведения

---

---

---

---

---

---



### **Задание 5.**

Перечислите и кратко охарактеризуйте методы активного социально-психологического обучения

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 6.**

Просмотр и обсуждение документального фильма проекта «Общее дело» (общероссийская общественная организация) «Путь героя». Фильм посвящен теме зависимости от компьютерных игр.

Основной девиз фильма: не играй в героя, а будь им.

Какие эмоции и чувства возникли у вас в процессе просмотра фильма?

С вашей точки зрения как этот фильм поможет решить и преодолеть те проблемы, которые возникают в молодежной среде на фоне компьютерной зависимости.

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 7. Упражнение «Песочная картина киберсоциализации»**

Цель: осознание пути благоприятной киберсоциализации.

Инструкция: Выберите себе пару. Предлагаю вам построить мир реальный, окружающий нас в повседневной жизни, и мир виртуальный, окружающий нас в глобальной сети Интернет.

Определите в паре, кто какой мир будет строить.

Можем ли мы четко отделить один мир от другого?

Предлагаю вам объединить миры. Нравится ли вам получившаяся картина?

При необходимости доработайте картину, пока не возникнет чувство завершенности.

Вопросы для обсуждения:

- какие чувства вызвало у вас выполнение этого упражнения?
- какое отношение это имеет к вашему взаимодействию с интернетом?
- какой опыт вы получили, выполняя это упражнение?



### **Задание 8.**

Игра «Созвездие ЗУС»

В ходе игры участники совершают путешествие по объединяющему 8 звезд созвездию Здоровых Убежденных, Сильных. Каждая звезда - это секрет здоровья, его структурный компонент. Задача игроков - рассчитать ходы таким образом, чтобы побывать на всех 8 звездах и выполнить при этом самые разные задания - как творческие и веселые, так и требующие размышлений, конкретных знаний и рассказов о себе.



### **Задание 9.**

Если вы чувствуете зависимость в отношениях, к работе, к пище и т.п., то вам может помочь следующее практическое упражнение.

Внимательно прочитав пункт, выполните его. Не спешите. Не переходите к следующему пункту, пока не выполните данный.

1. Возьмите листок. Нарисуйте предмет вашей зависимости.

Дальше читать не надо. Только после выполнения первого пункта.

2. Нарисуйте другие дела, увлечения, то, что наполняет вашу жизнь ещё, на оставшемся пространстве листа.

3. Проанализируйте, есть ли вы на рисунке и какое место занимаете. Что при этом чувствуете?

4. У вас есть возможность вырезать или просто закрыть предмет зависимости другим листочком. Подумайте, что вы выберете?

5. Если вы вырезали, то положите листок на чистый листок, если вы просто прикрыли, у вас появилось свободное место на листе. Вы можете там что-то нарисовать. Нарисуйте.

Какие чувства возникают? Что вам это даёт?



### **Задание 10. «Скульптура зависимости»**

Участникам группы предлагается разбиться на тройки и разойтись по комнате в подгруппах так, чтобы не мешать друг другу. Затем каждой из подгрупп предлагается построить «скульптуру зависимости» так, как они ее себе представляют. «Материалом» для скульптуры будут сами участники, кроме того, они могут использовать любые подручные средства: стулья, одежду и т. д. Дается некоторое время на обдумывание и репетицию, и затем каждая из подгрупп представляет свою скульптуру с необходимыми комментариями. После выступления всех подгрупп проводится групповое обсуждение, во время которого каждому участнику предоставляется возможность поделиться своими чувствами и ощущениями.

Смысл этого упражнения в том, чтобы дать участникам глубоко, вплоть до мышечного уровня, прочувствовать и осознать, что же такое зависимость и что происходит с человеком, находящимся в зависимости положения. Для многих людей именно на этом уровне – уровне телесного отреагирования происходит наиболее значимое и впечатляющее знакомство с зависимостью.



### **Задание 11. Упражнение «Цветная сказка»**

Цель: установление контакта с чувствами, их дифференциация, трансформация эмоционального состояния.

Участники называют чувства, которые для них наиболее актуальны и притом мучительны, так, что с ними трудно справиться (например, тревога, вина, обида). Из этих чувств составляется общий список, записывается на доске в столбик. Далее просим выбрать из выписанных чувств основные и присвоить им цвета, оттенки: например, раздражение – малиновое, тревога – черная и т.д. рядом составляется еще одна колонка – противоположные чувства, так называемые позитивные. Им тоже присваиваются цвета (радость – желтый, надежда – голубой и т.д.).

Затем предлагаем участникам разделиться на подгруппы и каждая подгруппа сочиняет сказку. Вначале ее герою должны быть свойственны цвета из первого списка – «негативных» чувств. А затем с ним происходит волшебная перемена, после которой цвета меняются на те, что приведены во втором списке – «позитивных» чувств. Сказку сочиняют все участники вместе.

Обсуждение:

-Что именно позволило герою измениться?

-В какой момент он начал меняться?

-Как быстро произошли перемены?

-Как вы считаете, как долго перемены будут продолжаться? Они сохранятся или герой станет прежним? Что ему позволит не вернуться к прошлому?

-Кто из участников группы, с каким чувством себя отождествляет? Кому, какие чувства наиболее близки? Кто на каком этапе трансформации чувств сейчас находится? Что этой трансформации поможет?

### ***Тема 7. «Психодиагностика поведенческих отклонений у детей и подростков»***



### **Задание 1.**

Определите возможности и ограничения использования существующих подходов к психодиагностике при работе с подростками.

---

---

---

---



### Задание 2.

В чем специфика скрининговой диагностики?



### Задание 3.

Укажите возможности применения предложенных методов психологического исследования, а также пределы их применения.

Заполните таблицу.

Метод исследования	Возможности использования	Пределы применения
Анкетирование		
Интервьюирование		
Наблюдение		
Анализ документов		



### Задание 4.

Какие из представленных ниже вопросов не отвечают требованиям анкетного метода? Почему?

1. Какое время дня тебе больше нравится?
2. У тебя есть любимые занятия?
3. Чем ты больше всего любишь заниматься вместе с родителями?
4. Кто из учителей тебе не нравится?
5. Кого ты больше любишь, маму или папу?
6. У тебя есть любимые школьные предметы?
7. Ты можешь назвать себя умным?
8. Твой папа много зарабатывает?
9. С кем бы ты хотел поехать отдыхать?
10. Кого ты лучше слушаешь: маму или учительницу?



### **Задание 5.**

Определите, какие качества личности исследуются авторами этой анкеты. Докажите свой ответ.

1. Мне доставляет удовольствие участвовать в различного рода торжествах.
2. Я могу подавить свои желания, если они противоречат желаниям моих товарищей.
3. Мне нравится высказывать кому-либо свое расположение.
4. Я больше сосредоточен на приобретении влияния, чем дружбы.
5. Я чувствую, что в отношении к друзьям у меня больше прав, чем обязанностей.
6. Когда я узнаю об успехе своего товарища, у меня почему-то ухудшается настроение.
7. Чтобы быть удовлетворенным собой, я должен кому-то в чем-то помочь.
8. Мои заботы исчезают, когда я оказываюсь среди товарищей по работе.
9. Мои друзья мне основательно надоели.
10. Когда я делаю важную работу, присутствие людей меня раздражает.
11. Прижатый к стенке, я говорю лишь ту долю правды, которая, по моему мнению, не повредит моим друзьям и знакомым.



### **Задание 6.**

Во время диагностики типа высшей нервной деятельности подростка Вами была выявлена несбалансированность свойств нервной деятельности. Возможно ли в этом случае утверждать о наличии девиантного поведения у данного подростка? В каких случаях?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Тема 8. «Профилактика суицидального поведения среди детей и подростков»**



**Задание 1.**

Разные люди видят жизнь по-разному, но каждый из нас должен найти смысл в своей собственной жизни. Итак, что думают люди о смысле жизни?

Выберите из предложенных вариантов три высказывания, с которыми вы прежде всего согласны, и поставьте около них цифры 1, 2, 3 - по степени их значимости для вас - и знак «плюс». Поставьте такие же цифры со знаком «минус» около тех высказываний, с которыми вы не согласны.

Жизнь - путь к победе. «Пришел, увидел, победил» (Ю. Цезарь).

Жизнь - миссия. «Поиск смысла - это поиск цели, задачи, общего дела» (Н.Ф. Федоров).

Жизнь - игра. «Весь мир театр, а люди в нем - актеры» (В. Шекспир).

Жизнь - поиск Бога. «Ты создал нас, и нашим сердцам неведом покой, пока не придут они в обитель Твою» (Августин).

Жизнь - служение другим. «Если в жизни есть смысл и цель, то смысл этот и цель вовсе не в нашем счастье, а в чем-то более разумном и великом.

Делайте добро!» (А.П. Чехов).

Жизнь - любовь. «Никого не любить - значит не жить» (Франсуа Фенелон).

Жизнь - счастье. «Жизнь - это дар, жизнь - это счастье, каждая минута которого могла бы быть веком счастья» (Ф. Достоевский).

Жизнь - творчество. «Творчество - это природный смысл жизни» (Н. Рерих).

Жизнь - лабиринт. «Жизнь - это неровное, неправильное и многообразное движение» (М. Монтень).

Жизнь - вечное обновление. «Жизнь человеческая должна всегда походить на эту реку, текущую передо мной: постоянно одно и то же русло и в нем каждый момент свежая вода» (Г. Торо).

Жизнь - постоянные перемены. «Познал восторг - познай страданье. Раз я меняюсь - я живу... Застыть пристойно изваянью, а не живому существу» (И. Северянин).

Жизнь - труд. «Труд есть единственно доступное человеку на земле и единственно достойное его счастье» (К. Ушинский).

Жизнь - борьба. «Борьба есть условие жизни: жизнь умирает, когда оканчивается борьба» (В. Белинский).

Жизнь - следование чувству долга. «Самое высшее удовольствие в жизни - сознание выполненного долга» (У. Гэзлитт).

Жизнь - страдание. «Родился, жил в слезах, в слезах и умираю» (А.П. Сумароков).

Жизнь - путь к смерти. «Первый шаг младенца есть шаг к его смерти» (К. Прутков).

После индивидуальной работы каждый участник озвучивает свой список и комментирует сделанный выбор, отвечает на заданные вопросы.

Далее проводится дискуссия. Примерные вопросы:

- Почему вопрос смысла жизни вновь и вновь возникает перед человечеством?

- Это проблема, которая волнует только философов или она одинаково важна для каждого человека?

- Всякий ли человек обретает смысл своего существования?

- Что побуждает человека к поиску смысла?

- Что может стать смыслом жизни современного человека, вашим смыслом?

- Почему так важно для человека жизненное самоопределение?



## Задание 2.

В отношении суицидального поведения существуют мифы и некоторые предубеждения. Ознакомьтесь с некоторыми из них и прокомментируйте, согласны вы с ними или нет. Почему?

Миф 1. «В древности суицида не было. Это проблема только нашего времени»

---

---

---

---

Миф 2. «Люди, которые говорят о суициде, о том, что хотят умереть, не совершают самоубийств».

---

---

---

---

Миф 3. «Те, кто пытаются покончить с собой, сумасшедшие люди».

---

---

---

---

Миф 4. «Если кто-то решил покончить с собой, то его уже ничего не остановит»

---

---

---

---

Миф 5. «Влечение к самоубийству передается по наследству»

---

---

---

Миф 6: «Если человек совершил суицидальную попытку, значит, он всегда будет суицидальной личностью, и в дальнейшем это обязательно повторится»

---

---

---

Миф 7: «Говоря о желании покончить с жизнью, человек просто пытается привлечь к себе внимание»

---

---

---



### Задание 3.

Подросток 12 лет, после отказа родителей пойти ночевать к другу совершает попытку выброситься из окна 10 этажа, зависает на карнизе со словами: «Раз вы меня не понимаете, значит не любите, и никому я не нужен...»

Дайте характеристику суицидального поведения в данном случае. Какой личностный смысл вкладывается в суицидальное поведение? Какие факторы риска проявляются в данной ситуации? Какие стратегии и тактики психологического воздействия возможны в данном случае?



### Задание 4.

Как вы понимаете смысл высказывания И.А. Сикорского: «Неожиданные «внезапности» являются таковыми только по недосмотру или по непривычке видеть и наблюдать психологию в лицах и событиях. ... Все, т.н. «глубокие тайны» подготовляются и зреют на виду у всех; предусмотреть их возможно; научиться видеть должно».

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### Задание 5.

Опишите, в чем проявляется сущность «синдрома Вертера»

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



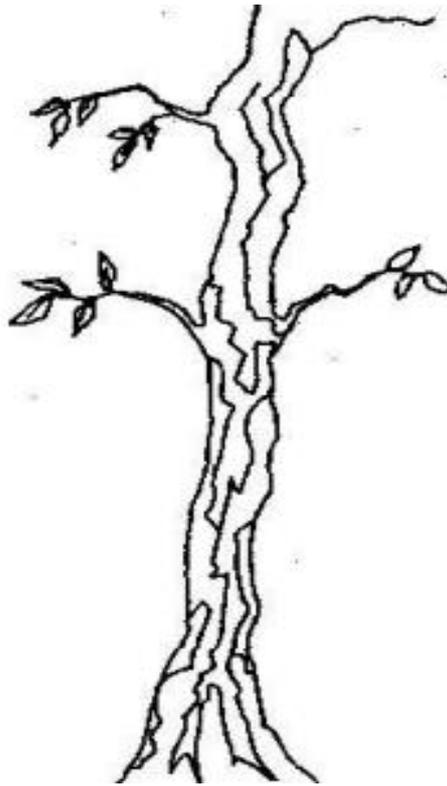
### Задание 6.

Заполните таблицу «Факторы суицидального риска».

Факторы суицидального риска		
<i>Биологические</i>	<i>Психолого-психиатрические</i>	<i>Социально-средовые</i>



### Задание 7. Упражнение «Дерево»

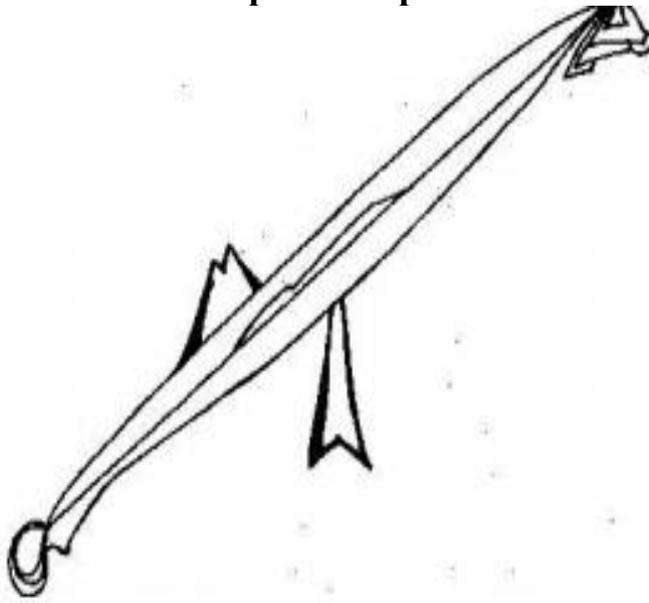


На картинке изображено дерево, точнее, один ствол. Дорисуйте все, что сочтете нужным, чтобы у вас получился законченный рисунок.

Далее обсуждение и интерпретация рисунка (приведена в конце рабочей тетради).



### **Задание 8. Тест «Абстрактная реальность»**



Внимательно посмотрите на эту абстрактную картину. Что вы можете прибавить к тому, что здесь изображено, чтобы получился законченный

рисунок? Не надо руководствоваться логикой, постарайтесь расслабиться и дать волю своим чувствам. Пусть творит не ваш разум, а ваше подсознание.

Этот тест покажет вам, можете ли вы противостоять своим страхам или же они всегда оказываются сильнее вас.

Далее обсуждение и интерпретация теста (дана в конце рабочей тетради).



### **Задание 9. Упражнение «Я – подарок для людей»**

«Каждый человек – это уникальное существо. Верить в свою уникальность необходимо каждому из нас».

Участники тренинга должны подумать и рассказать, в чем состоит их исключительность, уникальность, отличие от окружающих позитивного плана. Затем каждый из участников предлагает мини-выступление на тему: «Я – подарок для людей», стараясь аргументировать свое утверждение.



### **Задание 10.**

Предложите способы преодоления таких суицидогенных эмоций, как беспомощность и безнадежность

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Задание 11. Упражнение «Жизненная прямая».**

Нарисуйте линию и представьте, что это - символический рисунок вашего жизненного пути. Нужно отметить главные, по вашему мнению, события, которые произошли с вами, и точку сегодняшнего дня.

Далее все эти события обсуждаются в парах.



### **Задание 12. Упражнение «Жизненный успех».**

Участники разбиваются на подгруппы и составляют портрет успешного человека.

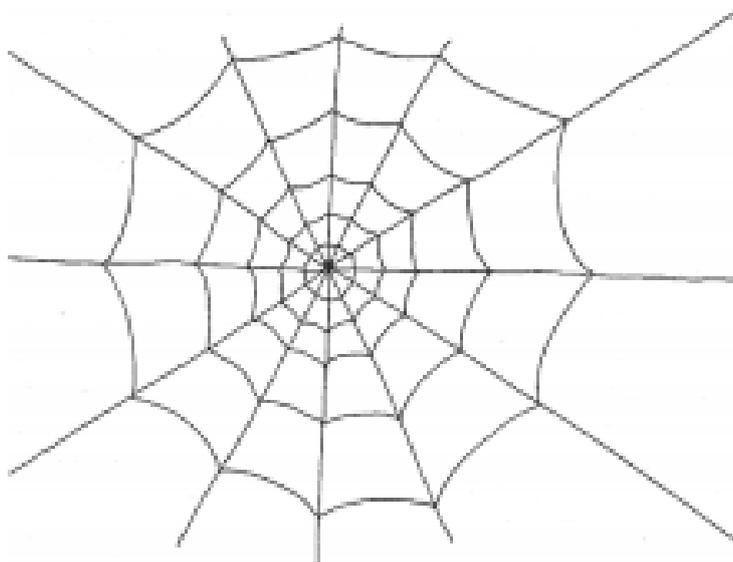
Вопросы для обсуждения:

- откуда берутся успешные люди?
- что помогает им стать успешными (природа, судьба или усилия самого человека)?



### **Задание 13. Экспресс-диагностика актуального конфликта**

Необходимо дорисовать паука и двух мух. Одна из мух должна остаться вне паутины, а другая — увязнуть в ней.



Эта арт-методика отражает способность к действиям при возникновении жизненных трудностей.

После выполнения задание осуществляется обсуждение и интерпретация (приведена в конце рабочей тетради).



### **Задание 14. Медитация-визуализация «Судно, на котором я плыву»**

Психотехника имеет отчасти диагностический характер. Образ судна (тяжелый крейсер, летящая бригантина, утлая лодчонка или скользкий неустойчивый плот), плавание, совершаемое на этом судне, можно считать метафорическим отражением представлений человека о самом себе и о своем жизненном пути. Эти образы могут говорить об актуальном физическом и психическом состоянии, о восприятии человеком условия своей жизнедеятельности и способах преодоления им возникающих трудностей и препятствий.

Инструкция: бумага, краски, цветные карандаши, фломастеры

Устройтесь поудобнее, займите такое положение, которое кажется вам наиболее комфортным. Закройте глаза и до конца упражнения не открывайте их и не шевелитесь.

Ваше тело начинает постепенно расслабляться. Вы чувствуете, как исчезает напряжение в мышцах. С каждым произносимым словом каждый мускул тела все больше наполняется ощущением покоя и приятной вялости. Ваше дыхание ровное, спокойное. Воздух свободно заполняет легкие и легко покидает их. Сердце бьется четко, ритмично. Обратите свой внутренний взор к пальцам правой руки. Копчики пальцев правой руки как будто касаются

поверхности теплой воды. Вы чувствуете пульсацию в кончиках пальцев. Возникает ощущение, что рука постепенно погружается в теплую воду. Эта волшебная вода омывает вашу правую кисть, расслабляет ее и подымается вверх по руке... До локтя... Еще выше... Вот уже вся ваша рука погружается в приятную теплоту, расслабляется... По венам и артериям правой руки бежит свежая обновленная кровь, даруя ей отдых и питая новыми силами... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично... А теперь ваш внутренний взор обращается к пальцам левой руки.

Текст, приведенный выше, полностью повторяется для левой руки. В конце обязательно дать установку относительно дыхания и сердца.

Обратите луч своего внимания к ногам. Ступни расслабляются. Они чувствует приятное тепло, напоминающее тепло от огня, горящего в камине. Ощущение такое, как будто ваши ноги стоят на каминной решетке. Доброе, ласковое тепло поднимается по ногам вверх, даруя живительное расслабление и отдых мышцам... Напряжение исчезает... И вот уже мышцы ног расслабляются – от кончиков пальцев до бедра... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Есть еще один источник тепла в вашем теле. Он – в районе солнечного сплетения. Слово маленькое солнышко пропитывает своими животворящими лучами ваши внутренние органы и дарит им здоровье, помогает лучше функционировать... Расправляются, расслабляются мышцы живота и груди... По всему телу распространяется приятное расслабляющее тепло, которое создает ощущение покоя и отдыха... Исчезает напряжение в плечах, в шейном отделе, в нижней части затылка... Вы чувствуете, как скопившееся здесь напряжение растворяется и исчезает... Уходит... Если вы лежите, то ваша спина ощущает добрую силу земли через поверхность, на которой вы лежите... Эта сила позволяет вам расслабиться и вливает в ваше расслабленное тело новую, свежую энергию... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично... Теперь ваш внутренний взор обращается к лицу. Расслабляются мышцы лица... Уходит напряжение из скул... Из челюстей... Губы становятся мягкими и податливыми... Разглаживаются морщинки на лбу... Веки перестают подрагивать... Они просто сомкнуты и неподвижны... Все мышцы лица расслаблены... Легкий, прохладный ветерок омывает ваше лицо... Он приятен и добр этот воздушный поцелуй... Воздух несет вам свою целебную энергию... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Все ваше тело наслаждается полным покоем... Напряжение спадает, растворяется, уходит... Усталость улечивается... Вас наполняет сладостное ощущение отдыха, расслабленности, покоя... Покоя, наполняющего вас новыми силами, свежей и чистой энергией...

Вы расслаблены и свободны. Вы можете оказаться там, где вам хочется быть. Там, где вам хорошо. Для кого-то, может быть, это его собственный дом, для кого-то – это уголок двора, где он любил прятаться в детстве. А для кого-то просто полянка в летнем лесу, где можно валяться в траве и увидеть

над собой ослепительную голубизну... Побудьте немного в этом месте. Напитайтесь позитивной энергией этого дорогого для вас места...

А теперь пойдём дальше... Вы не торопясь идёте по дороге и вот уже слышите шум моря – волны накатываются на берег и снова отбегают. И этот звук нельзя спутать ни с чем. Ещё поворот, и перед вами во всю ширь, в полмира – вечно подвижная поверхность моря. Звук прибоя здесь слышен гораздо отчетливей, вы чувствуете на губах солёный привкус брызг и видите порт, полный кораблей. Каких только судов здесь нет! Смешались времена и страны в этом волшебном порту. Тут и огромные современные океанские лайнеры, и индейские челноки, выдолбленные из ствола дерева, и древнегреческие пироги, и галеоны испанских конкистадоров, и пиратские шхуны, и катера, и яхты, и рыбацкие баркасы, и изящные бригантины, и плоскодонки, и катамараны. Вплоть до атомоходов, авианосцев и "Наутилуса" капитана Немо...

Вы идёте вдоль пирсов и любуетесь всем этим разнообразием форм, красок, оснасток. Знайте, что любое из этих судов может стать вашим. Выберите себе то, что наиболее подходит вам, что нравится вам, что отвечает вашим потребностям и представлениям о нужном именно вам судне... Осмотрите внимательно то, что вы выбрали. Это громадный фрегат или обычная парусная лодка? А может быть, лёгкий моторный катер? Какова форма этого судна? Обтекаемая, устремлённая вперед, рассчитанная на скорость? Или это тяжеловесная, но прочная конструкция, способная выдержать любой шторм? В какой цвет окрашены борта вашего судна? Есть ли у него якорь? А может быть, он вам совсем не нужен? Прочитайте надпись на борту корабля. Каково его название? Какими буквами написано это название?

Взойдите на ваше судно. Кто встречает вас там? Или на борту никого нет? Как выглядит встречающий? Прислушайтесь: он что-то говорит вам... Осмотрите судно изнутри. Если это достаточно большой корабль, не торопясь обойдите его. Загляните в каюты и в рубку... Подымитесь на капитанский мостик... Прогуляйтесь по палубам, спуститесь в трюм... Что вы увидели во всех этих частях своего судна? Зайдите в каюту, которую будете занимать вы. Или просто определите какое-то место для себя на своем судне. Посмотрите – здесь лежит сложенный в несколько раз лист бумаги. Разверните его. Это карта. На ней обозначена цель вашего первого плавания. Что это за цель? Есть ли название пункта назначения?

Отправляйтесь в свое плавание. Ваше судно покидает порт... Все дальше и дальше берег... Вот уже и скрылись за горизонтом верхушки самых высоких мачт кораблей, оставшихся в порту. Вы в море на своем судне, вы сами выбрали свой путь в этом безбрежном морском пространстве... Вы двигаетесь к своей цели... Далеко ли она? Что вас ждет на пути? Не знаю... Сейчас вы увидите продолжение своего фильма о собственном плавании. Смотрите...

Но пора сделать остановку в нашем плавании. Направьте свое судно в ближайшую гавань... Вот и завершается на сегодня ваше путешествие. Вы

спускаетесь по трапу. Прежде чем уйти, оглянитесь, посмотрите еще раз на свое судно, запомните, каким вы оставляете его сегодня. Наверное, вы еще не раз будете возвращаться на него, чтобы продолжать и дальше свое плавание. Помните, что оно будет всегда ждать вас у пирса... Вы уходите дальше и дальше от своего судна... И вновь переноситесь сюда, в эту комнату, начинаете ощущать свое тело...

Сейчас я начну считать от семи до одного. С каждой следующей цифрой вы станете все больше выходить из состояния расслабленности – вплоть до того момента, когда я назову цифру "один" и вы встанете отдохнувшими, бодрыми, полными новых сил и энергии.

Итак, семь... Вы чувствуете, как к вам возвращается ощущение собственного тела... Вялость и апатия отступают. Вы начинаете возвращаться в свое нормальное состояние. Шесть... Ваши мышцы наполняются силой и энергией... Вы пока неподвижны, но пройдет несколько мгновений, и вы сможете легко встать и начать двигаться... Пять... Сохраняется состояние спокойствия, но оно начинает наполняться ощущением силы и возможности действовать... Расслабленность заменяется собранностью... Четыре. Вы чувствуете, что окончательно пришли в себя и уже готовы к проявлению активности. Бодрость и энергия все больше наполняют вас. Три. Пошевелите ступнями. Вы полностью чувствуете свои ноги и способны легко напрячь мышцы. Пошевелите пальцами рук. Медленно сожмите пальцы в кулак. Два. Не открывая глаз, поворочайте головой. Вы бодры, наполнены силой и энергией. Вы хорошо отдохнули. Вы спокойны и уверены в себе. Один. Открыли глаза. Встали. Не делайте это слишком быстро.

При обсуждении эффектов упражнения, помимо рефлексии состояния, хорошо получить ответы на такие вопросы:

Какое судно вы выбрали для своего плавания? Опишите его.

В какой цвет оно оказалось окрашенным?

Как оно называется?

Встретил ли вас кто-либо на борту судна?

Что сказал вам встречающий?

Что любопытного обнаружили вы при осмотре судна?

Какова цель вашего плавания, зафиксированная на карте?

Увидели ли вы название конечного пункта?

Какая стояла погода при вашем выходе из порта? Что произошло с вами во время плавания?

**Тема 9. «Профилактика и коррекция агрессивного поведения в образовательной организации»**



### **Задание 1.**

Выполните сравнительный анализ понятий «агрессия», «агрессивность», «агрессивное поведение».

---

---



**Задание 2.**

Раскройте связь между агрессивным и делинквентным поведением

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 3.**

Перечислите основные признаки агрессивного (нежелательного) поведения с учетом возрастной специфики

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 4.**

Агрессия в молодежной среде может выражаться по-разному, в зависимости от индивидуальных особенностей характера ребенка и отношений в семье. Назовите известные вам формы агрессивного поведения.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 5.**

В чем, с вашей точки зрения, проявляются различия в здоровой и нездоровой агрессии?

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 6.**

Как вести себя, когда человек проявляет агрессию. Разработайте свод правил для взаимодействия с агрессивным человеком.

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 7.**

Антон, 14 лет: жалобы при обращении на замкнутость, раздражительность, угрозы уйти из дома. При попытках заговорить с ним раздражается, грубит, легко впадает в бешенство. Провоцирует брата (10 лет) на драки, ссоры. Во время драк с братом или сверстниками бледнеет, испытывает слабость.

Какие возможны в данном случае диагностические гипотезы? Какие диагностические средства (методики) могут быть использованы? Какие дополнительные источники информации можно использовать при организации диагностического процесса в данном случае?

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 8.**

Просмотр и обсуждение короткометражного мультфильма «Птицы».

- Про что для вас этот мультфильм?

-Метафорой чего для вас является большая птица?

-Метафорой чего являются маленькие птицы?

-Если бы Вам представилась возможность дать название этому мультфильму, то, как бы вы его назвали?

Перечислите способы применения данного мультфильма в профилактической работе с детьми.



### **Задание 9.**

Упражнение «Незаконченные предложения» (модифицировано М.Ф. Луканиной)

Цель: выявление проблем и понимания своих эмоций; формирование образа «Я».

Предлагается закончить следующие предложения:

Я – буря...

Я – светлячок, потому, что...

Я – дверь, за которой скрывается...

Я – сейчас лампочка...

Я – словно сжатый кулак, когда...

Я – словно рыба...

Я – лодка, которая плывет по...

Я – сказка о...

Я – прекрасный цветок...

Я – драгоценность потому, что я..

Я – коробочка, в которой спрятано ...

Я – остров в океане, который...

Я – интересная книжка про...

Я – могу быть ветерком, так как...

Я – песенка...

Я – нерв...

Я – словно муравей когда...

Я – тропинка, которая ведет...

Я – словно птичка потому, что...

Я – чувствую, что я скала...

Я – я похож на робота, так как...

Я – стакан воды...

Я – волшебник, который...

Я – превращаюсь в тигра, когда...

Я – танк, который прет...

Я – чувствую, что я кусочек тающего льда...

Я – натянутая струна, которая...

По результатам работы можно обсудить те или иные ассоциации. Часто это помогает осознать проблему.

Можно предложить выбрать из всех предложений наиболее подходящие и неподходящие определения, это позволяет получить доступ к структуре самооценки.



### **Задание 9. Упражнение «Зеркала эмоций».**

Цель: научить понимать свои эмоции; скорректировать способы эмоциональных реакций.

На листе рисуются три больших круга (можно больше, тогда количество листов увеличивается). В каждом из них нарисуйте следующие эмоции: «радость», «злость», «страх», «спокойствие», «огорчение» и так далее – любые, подходящие к вашей проблеме.

В каком жизненном контексте чаще всего выражаются эти эмоции?

## КАРТА РЕФЛЕКСИИ

**Задание 1. Прием «Самоанализ».** Проанализируйте полученные в ходе освоения дополнительной профессиональной программы «Психолого-педагогические аспекты профилактики девиантного и аддиктивного поведения у подростков в образовательной организации» знания. Результаты представьте в таблице.

Содержание	Знаю уверенно	Надо повторить
Девиантное поведение и его особенности в подростковом возрасте		
Психологические механизмы формирования девиантного поведения в подростково-молодежной среде		
Аддиктивное (зависимое) поведение и созависимость как вид отклоняющегося поведения		
Психологические особенности зависимой личности обучающегося		
Характеристика молодежных субкультур как коррелята девиантного поведения		
Интерактивные технологии ведения профилактической работы аддиктивного поведения		
Психодиагностика поведенческих отклонений у детей и подростков		
Профилактика суицидального поведения среди детей и подростков		
Профилактика и коррекция агрессивного поведения в образовательной организации		

## **Интерпретация к тесту «Дерево»**

Как правило, люди думают, что в данном тесте дерево – это они сами и есть, и потому старательно вырисовывают листики, веточки и все в том же духе. На самом деле смысл теста заключается в другом: он показывает, способны ли вы служить опорой своим близким или же вы сами нуждаетесь в поддержке. Остановимся подробнее на каждом символе.

- Если вы сделали упор на ЛИСТВУ, не прорисовывая листики по отдельности в густой кроне, то это говорит о том, что вы способны взять на себя ответственность за свои поступки и мысли, но пока не готовы и не хотите отвечать за других людей. По натуре вы индивидуалист и не любите, когда в вашу жизнь кто-то вмешивается.

- Если вы добавили к стволу МНОЖЕСТВО НОВЫХ ВЕТОК, то можно предположить, что вы обладаете хорошо развитым отцовско-материнским чувством, вы заботливы и внимательны и всегда думаете об интересах ваших близких людей. Вы были бы несчастливы, живя в одиночестве, вы нуждаетесь в семье. Вы ощущаете себя членом большого коллектива.

- Вы нарисовали МНОЖЕСТВО ЛИСТЬЕВ, тщательно прорисовывая каждый из них, – вы умеете вести за собой людей, из вас получится неплохой руководитель. Однако вы не любите брать на себя ответственность за других людей, вы делаете это только по необходимости.

- Если вы нарисовали под деревом ПОЧВУ, ТРАВУ, то это характеризует вас как человека надежного, сильного и уверенного в себе. Вы никогда не подведете тех, кто вам доверится, вы умеете хранить тайны и всегда в курсе всех событий. Вы хозяин своей жизни, у вас железная воля, крепкие нервы и гибкий разум.

- Если вы нарисовали на дереве ДУПЛО ИЛИ СКВОРЕЧНИК, то это значит, что вы чувствуете себя в этой жизни лишним. Может быть, это ощущение возникло вследствие вашей робости и неумения установить контакт с людьми, или же в данный момент жизни вы разочаровались в друзьях и вам больно.

- Нарисовали на ветвях ЖИВОТНОЕ ИЛИ ПТИЦУ – вы ощущаете себя не таким, как все остальные люди, вы чувствуете свою мнимую или реальную исключительность и гордитесь ею. Вы полны сил и желания доказать всему миру, что вы особенный человек, удивительный и не похожий на всех прочих.

## **Интерпретация теста «Абстрактная реальность»**

Этот тест покажет вам, можете ли вы противостоять своим страхам или же они всегда оказываются сильнее вас.

Обратите внимание на толщину линий. Если в вашем рисунке преобладают толстые линии и штрихи, то это значит, что вы подвержены страхам, в вашей душе для них есть место. Если этих линий много, но черные

линии отсутствуют, то вас можно назвать человеком чрезвычайно осторожным и благоразумным, предпочитающим не рисковать понапрасну.

Если ваш рисунок ярко обведен толстой линией, тогда как внутри линии достаточно тонкие, то можно предположить, что вы усилием воли стараетесь побеждать свои страхи, не давая им шанса поработить вашу душу. Вы держите свои эмоции под контролем разума.

Обилие черных фигур на вашем рисунке говорит о том, что вы пугливый, робкий, трусливый человек, ваши страхи нередко заставляют вас бежать без оглядки. Вы подобны страусу, прячущему голову в песок от страхов окружающего мира.

А теперь посмотрите, где больше всего оказалось дорисованных вами деталей – над заданной деталью (ее форма напоминает ленту и делит лист на две половины, верхнюю и нижнюю) или под ней. Если вы сделали основной упор на верхнюю половину листа, то это говорит о том, что ваши страхи сильнее вас, вы не можете с ними справиться.

Вы не борец, вы даже не пытаетесь сразиться со своим страхом, вы просто бежите от него. Именно поэтому вам никогда не стать победителем. Побеждает только тот, кто сражается, а вы сложили оружие без боя.

Если вы сделали упор на нижнюю часть листа, то это значит, что вам есть что противопоставить своим страхам, вы смело вступаете с ними в борьбу. Однако далеко не всегда вы выходите из этой битвы победителем, потому что не знаете природы своих страхов. Вы смелый человек, но страхи одной смелостью не победишь, нужно обладать знанием.

Если верхняя и нижняя части листа в равной степени заполнены, то это говорит о вашем стремлении к гармонии. Нельзя сказать, что вы абсолютно ничего не боитесь, однако страхи не имеют над вами большой власти. Когда вы чего-то боитесь, вы всегда стремитесь выяснить, откуда взялся ваш страх, и страх всегда отступает перед вашей решимостью от него избавиться.

### **Интерпретация арт-методики «Экспресс-диагностика актуального конфликта»**

Важна последовательность, в которой автор рисовал насекомых. Если первым нарисован паук, то это говорит о том, что человек деятельный и решительный и что трудно представить себе такую ситуацию, из которой бы он не мог выпутаться. Он владеет своими эмоциями и всегда прислушивается к доводам своего разума.

Если первой нарисована муха, попавшая в паутину, то можно предположить, что человек пассивный, безынициативный, склонный к рефлексии и не умеющий действовать самостоятельно. Но возможно, просто в данный момент жизни находится в затруднении, и депрессивное состояние отразилось в рисунке.

Если первой нарисована муха, оставшаяся в стороне, то это говорит о жизненной позиции наблюдателя. Человек прекрасно разбирается в людях,

потому что всегда с интересом наблюдает за ними. Он предпочитает не действовать на свой страх и риск, а выждать немного и тогда осуществлять задуманное, чтобы результат был ожидаемо положительным, и не случилось никаких неприятных сюрпризов.

Расположение насекомых на рисунке:

- если все фигуры равно удалены друг от друга, то это говорит о том, что человек адекватно воспринимает жизнь и понимает, что в ней может случиться всякое. Иначе говоря, автору рисунка доводилось и полностью контролировать происходящее, и бывать безвольной жертвой обстоятельств, и он с честью проходил через все жизненные испытания;

- если рядом нарисованы паук и муха, то это значит, что автор воспринимает жизнь как вечную борьбу. Если при этом в виде мухи представлен сам человек, то это говорит о том, что он не обладает жизнестойкостью, его может сломить любая невзгода и неприятность (особенно если речь идёт о мухе - жертве);

- если же автор изобразил себя пауком, то это означает, что он силен духом и может стойко выдержать все удары судьбы. Мало того, он всё время ждёт от жизни подвоха, потому что не верит в милости фортуны. Он полагает, что просто так в жизни ничего не даётся, всего нужно достигать своими силами. Если рядом оказались мухи, то это говорит о желании автора рисунка во что бы то ни стало выпутаться из жизненной паутины. Его нельзя назвать стойком, но он, как гибкая ива, которая гнется от ветра, но не ломается.