



*Белгородский региональный центр
психолого-медико-социального
сопровождения*

**Методические рекомендации
по организации профилактической работы, направленной на
предупреждение преступлений против половой
неприкосновенности несовершеннолетних**

Авторы-составители:

Лобынцева Ксения Георгиевна
старший методист отдела кризисной психологической
помощи и сопровождения детей, находящихся
в сложной жизненной ситуации ОГБУ «БРЦ ПМСС»

Малева Ольга Сергеевна
педагог-психолог отдела кризисной психологической
помощи и сопровождения детей, находящихся
в сложной жизненной ситуации ОГБУ «БРЦ ПМСС»

Гляненко Дина Анатольевна
методист отдела кризисной психологической
помощи и сопровождения детей, находящихся
в сложной жизненной ситуации ОГБУ «БРЦ ПМСС»

Белгород, 2022

Оглавление

Пояснительная записка.....	3
Введение в проблематику физического и сексуального насилия, поло вой неприкосновенности несовершеннолетних	5
Уровни профилактики в сфере защиты несовершеннолетних от преступлений сексуального характера и помощи пострадавшим детям в образовательном учреждении	6
Деятельность специалистов образовательной организации на этапе первичной профилактики преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних	7
Психодиагностический инструментарий для оценки эмоционального состояния обучающихся	9
Психодиагностический инструментарий для изучения особенностей детско-родительских отношений.....	26
Информационные материалы для организации профилактических мероприятий с родителями	59
Информационные материалы для профилактических мероприятий с педагогами	80
Информационные материалы для профилактических мероприятий с обучающимися	82
Реестр профилактических психолого-педагогических программ и тренинговых занятий для обучающихся.....	88
Деятельность специалистов образовательной организации на этапе вторичной профилактики	90
Внешняя диагностика и признаки сексуального насилия у несовершеннолетних	90
Изучение психологического состояния несовершеннолетних, пострадавших от преступлений против половой неприкосновенности	93
Примерный алгоритм действий специалистов образовательных организаций в ситуациях выявления признаков или случаев сексуального насилия над несовершеннолетним(и)	107
Третичная профилактика. Основные направления психологической помощи детям, пострадавшим от сексуального насилия	109
Список литературы	111

Пояснительная записка

Особую актуальность в последнее время приобретает проблематика роста числа преступлений против детей и подростков в целом и преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних, в частности. Согласно статистике, приведённой в интервью со старшим следователем контрольно-следственного отдела регионального Следственного комитета Владимиром Папкой (<https://yandex.ru/turbo/bel.ru/s/news/society/14-01-2022/ot-rastleniya-do-kibergruminga-kak-zaschitit-detey-ot-polovyh-prestupleniy>), в 2021 году в Белгородской области всего зарегистрировано 682 преступления, совершённых в отношении несовершеннолетних.

Из них о преступлениях против половой направленности возбуждено 139 уголовных дел. Указанные 139 преступлений фактически совершены в отношении 50 потерпевших.

За период 2021 год количество преступлений против половой свободы и неприкосновенности несовершеннолетних увеличилось более чем в два раза, с 57 до 139, из которых:

- 68 — насильственные действия сексуального характера;
- 25 — добровольные половые сношения и иные действия сексуального характера с лицом, не достигшим шестнадцатилетнего возраста;
- 20 — изнасилование;
- 26 — иные преступления сексуального характера, такие как демонстрация половых органов и распространение интимных детских фотографий.

В совершении 139 половых преступлений изобличены 49 лиц, из них шестеро являлись родственниками (отец, отчим, дядя) и девять — сожителями матерей.

Нарушения, возникающие вследствие насилия, особенно сексуального, затрагивают все уровни жизни ребёнка: познавательную сферу, физиологические процессы, соматическое здоровье. У ребенка, подвергнувшегося насилию, наблюдаются стойкие изменения личности, которые препятствуют полноценному развитию и социализации в обществе. Особая уязвимость детей в случаях насилия объясняется их физической, психической и социальной незрелостью, а также зависимым, подчиненным положением по отношению к взрослым, будь то родители, опекуны, воспитатели, педагоги. Психологические травмы детства оказывают сильное влияние на всю последующую жизнь человека, формирование его характера, будущую сексуальную жизнь, психическое и физическое здоровье, на адаптацию в обществе в целом.

В связи с этим в образовательных организациях первоочередную важность приобретает осуществление своевременных и комплексных мер по предупреждению и профилактике преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних. Предлагаемые методические рекомендации содержат материалы, раскрывающие сущность сексуального насилия, способы выявления несовершеннолетних, пострадавших от действий

в отношении их половой неприкосновенности, диагностический инструментарий направленный на выявление таких лиц, описание системы и содержания профилактической деятельности со всеми субъектами образовательного процесса в аспекте проблематики сексуального насилия в отношении детей и подростков.

Введение в проблематику физического и сексуального насилия, поло вой неприкосновенности несовершеннолетних

Физическое насилие — это преднамеренное нанесение травм и/или повреждений ребенку, которые вызывают серьезные (требующие медицинской помощи) нарушения физического, психического здоровья, отставание в развитии.

Сексуальное насилие или развращение — вовлечение ребенка с его согласия или без такового в сексуальные действия со взрослыми с целью получения последними сексуального удовлетворения или выгоды.

К данному виду насилия относятся:

- половой акт с ребенком, совершенный вагинальным, анальным, оральным способом;
- мануальный, оральный, генитальный или любой другой телесный контакт с половыми органами ребенка, а также ласки эрогенных зон;
- введение предметов во влагалище или анус;
- сексуальная эксплуатация ребенка для порнографических целей или вовлечение в проституцию;
- мастурбация обоюдная, со стороны ребенка или взрослого;
- демонстрация эротических или порнографических материалов с целью сексуальной стимуляции ребенка;
- совершение полового акта в присутствии ребенка;
- демонстрация обнаженных гениталий, груди или ягодиц ребенку (экспозиционизм);
- подглядывание за ребенком во время совершения им интимных процедур (вуайеризм), а также принуждение ребенка к раздеванию.

Согласие ребенка на сексуальный контакт не дает оснований считать его ненасильственным, поскольку ребенок:

- не обладает свободой воли, находясь в зависимости от взрослого;
- может не осознавать значение сексуальных действий в силу функциональной незрелости;
- не в состоянии в полной мере предвидеть все негативные для него последствия этих действий.

Сексуальное насилие чаще всего происходит в семьях, где:

- патриархально-авторитарный уклад;
- плохие взаимоотношения ребенка с родителями, особенно с матерью;
- конфликтные отношения между родителями;
- мать ребенка чрезмерно занята на работе;
- ребенок долгое время жил без родного отца;
- вместо родного отца
- отчим или сожитель матери;
- мать имеет хроническое заболевание или инвалидность и подолгу лежит в больнице;
- родители (или один из них) являются алкоголиками, наркоманами, токсикоманами;

- родители (или один из них) имеют психические заболевания;
- мать в детстве подвергалась сексуальному насилию и т.п.

Половые преступления представляют собой умышленные действия, посягающие на охраняемые уголовным законом половую неприкосновенность, нравственное и физическое развитие несовершеннолетних и малолетних, а также на половую свободу взрослых лиц.

Половая неприкосновенность несовершеннолетних это - недопустимость тлетворного влияния взрослых (посредством развратных действий, насильственных действий сексуального характера и т. д.) на формирующуюся личность.

Повышенную общественную опасность половых преступлений против несовершеннолетних можно объяснить тем, что они грубо нарушают половую неприкосновенность последних, оказывают развращающее влияние на них, создают опасность для преждевременного вовлечения подростков в половую жизнь. Это угрожает правильному физическому, умственному и нравственному развитию и воспитанию несовершеннолетних.

Глава 18 УК РФ «Преступления против половой неприкосновенности и половой свободы личности» предусматривает деяния, которые либо сопряжены с открытым сексуальным насилием, либо заключаются в грубом нарушении норм половой морали совершеннолетними лицами по отношению к лицам молодого возраста. К данным преступлениям относятся преступные деяния с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшим, либо с использованием беспомощного состояния потерпевших, а также развратные действия (ст. 135 УК РФ), состоящие в удовлетворении половой страсти виновного или других лиц либо преследующие цель возбудить или удовлетворить половой инстинкт несовершеннолетнего.

Уровни профилактики в сфере защиты несовершеннолетних от преступлений сексуального характера и помощи пострадавшим детям в образовательном учреждении

Работа по созданию системы защиты детей от преступлений сексуального характера и помощи пострадавшим детям в образовательном учреждении должна быть организована с учетом трех уровней профилактики в сфере защиты детства:

- первичная профилактика - предупреждение факторов, способствующих возникновению случаев насилия;
- вторичная - предоставление детям и семьям с детьми с высоким риском насилия помогающих и поддерживающих услуг;
- третичная профилактика - деятельность по оказанию помощи и реабилитации детей (и их семей), пострадавших от жестокого обращения и сексуального насилия.

Как показывает практика, невозможно достичь успешных результатов работы по предотвращению жестокого обращения, в том числе и сексуального

насилия в отношении детей, не активизируя деятельность на всех трех уровнях профилактики, только их объединение приводит к значительным положительным результатам.

Приоритетным направлением деятельности по защите детей от жестокого обращения является первичная профилактика - предупреждение возникновения факторов риска возникновения случаев сексуального насилия, выявление и коррекция проблем в семейных отношениях на ранней стадии, обеспечение условий для эффективного выполнения функций семьей.

Деятельность специалистов образовательной организации на этапе первичной профилактики преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних

Основу уровня первичной профилактики в образовательной организации составляет *информационно-аналитическая деятельность*, направленная на обеспечение процессов планирования, выявления и контроля несовершеннолетних и семей, находящихся в группе риска по фактору возможного возникновения сексуального насилия, а также *информационно-просветительская работа* со всеми участниками образовательного процесса: информационно-разъяснительные кампании по защите прав детей, проведение различных акций, мероприятий для детей, родителей и специалистов о половой неприкосновенности, личных границах, личной безопасности, развитие ответственного родительства и т.д. с привлечением различных субъектов профилактики, социальных партнёров и др.

Также представляется целесообразным реализация профилактических психолого-педагогических программ и тренинговых занятий для несовершеннолетних, направленные на формирование навыков поведения в трудных жизненных ситуациях, асертивного поведения, профилактику виктимного и рискованного поведения.

В зависимости от наличия специалистов в учреждении, данное направление реализуют социальные педагоги, педагоги-психологи или другие специалисты в соответствии со своими функциональными обязанностями.

Далее будет предложена примерная структура профилактической деятельности (на уровне первичной профилактики) образовательной организации, направленная на предупреждение и пресечение преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних, а также содержательное наполнение для предложенных направлений информационно-профилактической деятельности.

Примерная структура образовательной организации, направленной на предупреждение преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних

Реализуется педагогами-психологами, социальными педагогами, классными руководителями образовательных организаций, тесно взаимодействующими с несовершеннолетними и осуществляющим профилактику, направленную на предупреждение преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних



Информационно-аналитическая деятельность

1. Составление банка данных неполных семей, семей несовершеннолетних, проживающих совместно с отчимом или сожителем матери.
2. Проведение в образовательных организациях мониторинга психоэмоционального состояния детей в течение года (наблюдение во время и вне занятий, опросник САН, Схема изучения социально-психологической адаптации ребенка в школе (экспертная оценка учителя) Э.М. Александровской, расчет СО и ВК по формулам А.И. Юрьева и К. Шилоша, приведенным в «Кратком руководстве по использованию теста М. Люшера» В.И. Тимофеева и Ю.И. Филлимоненко (СПб, ИМАТОН, 1995), другой диагностический инструментарий).
3. Диагностика детско-родительских отношений в неполных семьях, в семьях несовершеннолетних, проживающих совместно с отчимом или сожителем матери (банк данных п. 1).
4. Оформление информационных стендов, материалов для родителей и учащихся по тематике поведения в трудных жизненных ситуациях, Интернет-рисков и безопасного контента, конструктивного и безопасного общения, информированию об организациях, оказывающих помощь в ситуациях насилия, жестокого обращения и др.
5. Размещение информационно-рекламных материалов (сайт образовательной организации, информационные стенды и др.) о деятельности линии Общероссийского детского телефона доверия (8-800-2000-122)



Работа с родителями

1. Организация и проведение родительских собраний.
Примерная тематика:
1-4 классы: эмоциональное благополучие детей; особенности воспитания и доверительные детско-родительские отношения; как укрепить привязанность ребенка к родителям; половое воспитание; личные границы и безопасность детей; половая неприкосновенность детей.
5-9 классы: психологические особенности подростков; социальные сети и половая неприкосновенность ребенка; конфликты в семье и безопасность подростка: Интернет-риски: груминг, секстинг, информация, наносящая вред психологическому и физическому здоровью.
10-11 классы: психологические особенности раннего юношеского возраста; половое воспитание, ценности семьи и брака для современного подростка, взрослые проблемы взрослых детей и т.д.
2. Проведение мероприятий в рамках деятельности «Родительских клубов» с привлечением членов муниципальных советов отцов.



Работа с педагогическим коллективом

Организация и проведение семинаров-практикумов для классных руководителей.
Примерная тематика:
«Маркеры насилия, жестокого обращения в семье», «Индивидуальная работа с ребёнком и семьёй при подозрении на насилие, жестокое обращение», «Диспетчерская деятельность образовательной организации» и т.д.



Работа с обучающимися

1. Проведение классных часов, бесед с обучающимися по вопросу профилактики преступлений против неприкосновенности несовершеннолетних, поведению в трудных жизненных ситуациях.
Примерная тематика:
«Мои границы, моя безопасность», «Соцсети: как не стать жертвой», «Если со мной случилась беда», «Риск – дело благородное?», Умение сказать НЕТ» «Когда молчание не золото», «Как найти выход», «Позвони...и тебя услышат» и т.д.
2. Организация и проведение тренинговых занятий для подростков на формирование и развитие навыков асертивного поведения, профилактику виктимного и рискованного поведения.

Психодиагностический инструментарий для оценки эмоционального состояния обучающихся

С целью выявления детей и подростков из числа нормотипичных, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении, целесообразно проведение мониторинга психоэмоционального состояния. Последующее соотнесение выявленных обучающихся с имеющимися банками данных детей «группы риска», углублённая диагностика позволят определить причину эмоционального неблагополучия ребёнка и организовать индивидуальный маршрут сопровождения.

Предлагаемые методики направлены на выявление параметров эмоционального благополучия у детей разных возрастных категорий и могут выступать эффективным инструментом скринингового исследования.

Шкала эмоционального неблагополучия и атипичного поведения (Казьмин А.М., Коновко Н.А., Сальникова О.Г. и др.)

Методика разработана специалистами МГППУ и представлена в статье Казьмин А.М., Коновко Н.А., Сальникова О.Г., Тупицина Е.К., Федина Е.В. Шкала эмоционального неблагополучия и атипичного поведения дошкольников // Клиническая и социальная психология. - №3, 2014.

При составлении шкалы авторы опирались на наиболее используемые в мировой практике опросники ASEBA, TABS, Vineland II, мнения воспитателей и психологов, работающих с детьми раннего и дошкольного возраста. Опросник представляет собой максимально компактный инструмент, включающий понятные для воспитателей и родителей формулировки утверждений и критериев их оценки, позволяющий выявлять одновременно несколько видов проблем в эмоциональной и поведенческой сфере ребенка.

В структуру опросника вошли 5 субшкал: «неконтактность», «тревога», «депрессия», «дезадаптивное поведение», «гиперактивность / расторможенность», в каждой по 5 пунктов.

Содержание опросника «Шкала эмоционального неблагополучия и атипичного поведения»

№ пункта	Утверждение
1.	Не идет на контакт
2.	Предпочитает находиться в уединении
3.	Не реагирует на то, что происходит вокруг
4.	Не проявляет инициативы во взаимодействии и общении
5.	Не наблюдает за тем, что делают другие
6.	Проявляет беспокойство при вмешательстве в его занятия
7.	Проявляет тревогу без видимой причины
8.	Беспокоится при изменении обычного распорядка
9.	Расстраивается при расставании со значимым взрослым
10.	Выглядит скованным
11.	Много плачет, ноет
12.	Быстро устает, вялый

13.	Отказывается от еды
14.	Выглядит несчастным, грустным или подавленным
15.	Отсутствует интерес к окружающему, в том числе - к играм
16.	Самоповреждающее поведение (грызет палец, бьет себя по голове и т.д.)
17.	Проявляет агрессию без видимой причины к сверстникам из взрослым
18.	Совершает стереотипные движения (раскачивается, вертит головой, ходит по кругу и т.д.)
19.	Совершает стереотипные действия по отношению к своему телу (сосет палец, трогает половые органы и др.)
20.	Проявляет разрушающее поведение по отношению к предметам
21.	Внезапно меняется настроение
22.	Не может сидеть или стоять спокойно, много бегает
23.	Перескакивает с одного дела на другое, ничего не завершая
24.	Не может долго удерживать внимание на чем-либо, например - слушать, когда читают или рассказывают
25.	Не может быстро успокоиться

Соотношение пунктов и субшкал опросника «Шкала эмоционального неблагополучия и атипичного поведения»

№	Субшкала	Пункты
1.	Неконтактность	1 - 5
2.	Тревога	6 - 10
3.	Депрессия	11 - 15
4.	Дезадаптивное поведение	16 - 20
5.	Гиперактивность/расторможенность	21 - 25

Критерии оценки пунктов опросника

Оценка	Критерии оценки
0	почти никогда (менее 5 % времени/случаев)
1	иногда (менее 25% времени/случаев)
2	часто (менее 50 % времени/случаев)
3	чаще всего (более 50% времени/случаев)
4	почти всегда (более 95 % времени/случаев)

Обработка результатов заключается в суммировании значений пунктов по каждой из 5 шкал и по полной шкале.

Критерии оценки тяжести эмоциональных и поведенческих отклонений

Название субшкалы	Нет отклонений	Легкие отклонения	Выраженные отклонения
Неконтактность	<4	4-11	>11
Тревога	<5	5-11	>11
Депрессия	<3	3-8	>8
Дезадаптивное поведение	<2	2-7	>7
Гиперактивность/расторможенность	<5	5-12	>12
Полная шкала	<14	14-44	>44

Методика изучения социально-психологической адаптации к школе
Э.М. Александровской

В данной методике адаптация ребенка к школе (благополучие в различных сферах деятельности) оценивается с точки зрения четырех параметров: эффективность учебной деятельности, усвоение школьных норм, успешность социальных контактов, эмоциональное благополучие. Первые три критерия содержат две шкалы, четвертый критерий представлен одной шкалой. Каждая шкала описывает различные формы поведения ученика и оценивается в баллах (от 0 до 5). Педагог (или психолог) заполняет схему наблюдения за поведением первоклассников на основе наблюдения.

1 – я шкала «Учебная активность»

5 баллов – активно работает на уроке, часто поднимает руку и отвечает правильно.

4 балла – на уроке работает, правильные и неправильные ответы чередуются.

3 балла – редко поднимает руку и правильно отвечает.

2 балла – учебная активность на уроке носит кратковременный характер, часто отвлекается, не слышит.

1 балл – пассивен на уроке, не отвечает у доски, переписывает с доски готовое.

0 баллов – учебная активность отсутствует, не включается в учебный процесс.

2 – я шкала «Усвоение знаний»

5 баллов – правильное, безошибочное выполнение всех школьных заданий.

4 балла – небольшие помарки, единичные ошибки.

3 балла – редкие ошибки, связанные с пропуском букв, их заменой.

2 балла – плохое усвоение материала по одному из основных предметов, обилие ошибок.

1 балл – частые ошибки, неаккуратное выполнение заданий, много исправлений и зачеркиваний.

0 баллов – плохое усвоение программного материала по всем предметам, грубые ошибки, большое их количество.

3 – я шкала «Поведение на уроке»

5 баллов – сидит спокойно, добросовестно выполняет все требования учителя.

4 балла – выполняет требования учителя, но иногда на короткое время отвлекается на уроке.

3 балла – изредка поворачивается, обменивается короткими репликами с товарищами.

2 балла – часто наблюдается скованность в движениях, позе, напряженность в ответах.

1 балл – требования учителя выполняет частично, отвлекается на посторонние занятия, вертится или постоянно разговаривает.

0 баллов – не выполняет требований учителя, большую часть урока занимается посторонними делами (преобладают игровые интересы).

4 – я шкала «Поведение на перемене»

5 баллов – высокая игровая активность (охотно участвует в подвижных играх).

4 балла – активность выражена в малой степени, предпочитает чтение книг, спокойные игры.

3 балла – активность ребенка ограничена занятиями, связанными с подготовкой к другому уроку.

2 балла – не может найти себе занятия, переходит от одной группы детей к другой.

1 балл – пассивен, движения скованы, избегает других детей.

0 баллов – часто нарушает нормы поведения, мешает другим детям играть, кричит, бегает.

5 – я шкала «Взаимоотношения с одноклассниками»

5 баллов – общительный, легко вступает в контакт с детьми.

4 балла – малоинициативен, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети.

3 балла – сфера общения ограничена, контактирует только со знакомыми детьми.

2 балла – предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт.

1 балл – замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться один, другие дети к нему равнодушны.

0 баллов – проявляет негативизм по отношению к детям, постоянно ссорится и обижает их, другие дети его не любят.

6 – я шкала «Отношение к учителю»

5 баллов – проявляет дружелюбие по отношению к учителю, стремится понравиться ему, после урока часто подходит к нему, общается с ним.

4 балла – дорожит хорошим мнением учителя о себе, стремится выполнять все его требования, в случае необходимости сам обращается к нему за помощью.

3 балла – старательно выполняет требования учителя, старается обращаться за помощью к одноклассникам.

2 балла – выполняет требования учителя, формально заинтересован в общении с ним, старается быть незаметным.

1 балл – избегает контакта с учителем, при общении с ним легко теряется, говорит тихо.

0 баллов – общение с учителем приводит к отрицательным эмоциям, плачет при малейшем замечании.

7 – я шкала «Эмоциональное благополучие»

5 баллов – хорошее настроение, часто улыбается, смеется.

- 4 балла – спокойное эмоциональное состояние.
 3 балла – эпизодическое появление сниженного настроения.
 2 балла – отрицательные эмоции: тревожность, огорчение, обидчивость, вспыльчивость.
 1 балл – отдельные депрессивные проявления слез без причин, агрессивные реакции.
 0 баллов – преобладание депрессивного состояния, агрессия проявляется и в отношениях с детьми, и в отношениях с учителем.

Социально – педагогическая адаптация ребенка в школе (экспертная оценка учителя)

№ п/п	Ф. И. ученика	УА	ОЗ	П на У	П на П	О с О	О к У	ЭБ	Итоговый балл
1									
2									
3									
4									
5									

Обработка результатов

22 – 35 – зона адаптации

15 – 21 – зона неполной адаптации

14 – 0 – зона дезадаптации

«Опросник психологического благополучия К. Рифф» (К.Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко)

Методика представляет собой адаптированный на русском языке вариант англоязычной методики The scales of psychological well-being, разработанный К. Рифф. Методика была несколько раз валидизирована в различных вариантах. Наиболее распространённым является вариант из 84 пунктов, послуживший основой для двух русскоязычных версий: в 2005 году опросник был адаптирован и валидизирован Т.Д. Шевеленковой и Т.П. Фесенко, в 2007 году - Н.Н. Лепешинским.

Обе русскоязычные версии состоят из 84 пунктов. 6 шкал и интегральный показатель, выделенные авторами методики, нашли своё подтверждение в обеих валидизациях, каждая из этих шкал содержит 14 пунктов - как прямых, так и обратных.

В версии Шевеленковой и Фесенко также были выделены 4 фактора путём факторного анализа. Один из них - «Автономия» - совпадает с ранее выделенным ранее фактором с тем же названием. Три остальных фактора также подсчитываются отдельно.

Обработка и интерпретация

Утверждениям приписывается значение в баллах, равное числовому значению ответа в бланке ответов. Часть пунктов интерпретируются в обратных значениях:

Вариант ответа	В прямых значениях	В обратных значениях
Абсолютно не согласен	1 балл	6 баллов
Не согласен	2 балла	5 баллов
Скорее не согласен	3 балла	4 балла
Скорее согласен	4 балла	3 балла
Согласен	5 баллов	2 балла
Абсолютно согласен	6 баллов	1 балл

Подсчёт сырых баллов по основным шкалам

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения
Позитивные отношения	1, 19, 25, 37, 49, 67, 79	7, 13, 31, 43, 55, 61, 73
Автономия	8, 14, 26, 38, 50, 68, 80	2, 20, 32, 44, 56, 62, 74
Управление средой	3, 21, 33, 39, 51, 57, 69, 81	9, 15, 27, 45, 63, 75
Личностный рост	10, 16, 28, 40, 46, 52, 64, 70	4, 22, 34, 58, 76, 82
Цели в жизни	5, 23, 47, 53, 59, 71, 77	11, 17, 29, 35, 41, 65, 83
Самопринятие	6, 12, 30, 36, 48, 72, 78	18, 24, 42, 54, 60, 66, 84
Психологическое благополучие	1, 3, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 19, 21, 23, 25, 26, 28, 30, 33, 36, 37, 38, 39, 40, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 57, 59, 64, 67, 68, 69, 70, 72, 71, 77, 78, 79, 80, 81	2, 4, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 20, 22, 27, 29, 31, 32, 34, 35, 18, 24, 41, 42, 43, 44, 45, 54, 55, 56, 58, 60, 61, 62, 63, 65, 66, 73, 74, 75, 76, 82, 83, 84

Содержательная интерпретация шкал

- **Шкала «Положительные отношения с другими».**

Респондент, набравший наименьший балл, имеет лишь ограниченное количество доверительных отношений с окружающими: ему сложно быть открытым, проявлять теплоту и заботиться о других; в межличностных взаимоотношениях, как правило, он изолирован и фрустрирован; не желает идти на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими.

Респондент, набравший наибольший балл, имеет удовлетворительные, доверительные отношения с окружающими; заботится о благополучии других; способен сопереживать, допускает привязанности и близкие отношения; понимает, что человеческие отношения строятся на взаимных уступках.

- **Шкала «Автономия».**

Высокий балл по данной шкале характеризует респондента как самостоятельного и независимого, способного противостоять попыткам общества заставить думать и действовать определенным образом; самостоятельно регулирует собственное поведение; оценивает себя в соответствии с личными критериями.

Респондент с наименьшим баллом - зависит от мнения и оценки окружающих; в принятии важных решений полагается на мнение других; поддается попыткам общества заставить думать и действовать определенным образом.

- **Шкала «Управление окружением».**

Высокий балл — респондент обладает властью и компетенцией в управлении окружением, контролирует всю внешнюю деятельность, эффективно использует предоставляющиеся возможности, способен

улавливать или создавать условия и обстоятельства, подходящие для удовлетворения личных потребностей и достижения целей.

Низкий балл характеризует респондента как человека, который испытывает сложности в организации повседневной деятельности, чувствует себя неспособным изменить или улучшить складывающиеся обстоятельства, безрассудно относится к предоставляющимся возможностям, лишен чувства контроля над происходящим вокруг.

- **Шкала «Личностный рост».**

Респондент с наибольшим баллом - обладает чувством непрекращающегося развития, воспринимает себя «растущим» и самореализовывающимся, открыт новому опыту, испытывает чувство реализации своего потенциала, наблюдает улучшения в себе и своих действиях с течением времени; изменяется в соответствии с собственными познаниями и достижениями.

Респондент с наименьшим баллом - осознает отсутствие собственного развития, не испытывает чувства улучшения или самореализации, испытывает скуку и не имеет интереса к жизни, ощущает неспособность устанавливать новые отношения или изменить свое поведение.

- **Шкала «Цель в жизни».**

Испытуемый с высоким баллом по данной шкале имеет цель в жизни и чувство направленности; считает, что прошлая и настоящая жизнь имеет смысл; придерживается убеждений, которые являются источниками цели в жизни; имеет намерения и цели на всю жизнь.

Испытуемый с низким баллом - лишен смысла в жизни; имеет мало целей или намерений; отсутствует чувство направленности, не находит цели в своей прошлой жизни; не имеет перспектив или убеждений, определяющих смысл жизни.

- **Шкала «Самопринятие».**

Наибольший балл характеризует респондента как человека, который позитивно относится к себе, знает и принимает различные свои стороны, включая хорошие и плохие качества, положительно оценивает свое прошлое.

Респондент с наименьшим баллом - не доволен собой, разочарован событиями своего прошлого, испытывает беспокойство по поводу некоторых личных качеств, желает быть не тем, кем он или она является.

Версия Шевеленковой - Фесенко

Подсчёт сырых баллов по дополнительным шкалам

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения
Баланс аффекта	7, 9, 13, 15, 17, 18, 21, 24, 27, 29, 30, 31, 34, 42, 43, 54, 55, 56, 58, 60, 61, 66, 73, 75, 83, 84	6, 12, 33, 39,
Осмысленность жизни	3, 5, 23, 45, 46, 47, 48, 51, 53, 57, 59, 70, 71, 72, 77, 81	4, 11, 35, 41, 63, 76
Человек как открытая система	1, 10, 16, 19, 25, 28, 32, 40, 49, 52, 64, 67, 69, 79	

Содержательная интерпретация дополнительных шкал

• **Баланс аффекта**

Высокие баллы свидетельствуют о негативной самооценке респондента, неудовлетворённостью обстоятельствами собственной жизни, ощущении собственной никчёмности и бессилия. Недостаточна способность поддерживать позитивные отношения с окружающими, неверие в собственные силы, недооценка собственных способностей преодолевать жизненные препятствия, усваивать новые умения и навыки.

Низкие и нормальные баллы свидетельствуют о преобладании позитивной самооценки, принятии себя со всеми достоинствами и недостатками. Позитивная оценка всех сторон собственной личности, особенно способности приобретать и поддерживать контакты с окружающими. Уверенность в себе и собственных силах, высокое мнение о собственных возможностях, чувство компетентности в управлении повседневными делами. Общая удовлетворённость собственной жизнью.

• **Осмысленность жизни**

Низкие значения определяют недостаток или полное отсутствие осмысленности жизни. Прошое и настоящее воспринимаются как бессмысленные. Преобладает чувство скуки и бесцельности существования. Отсутствие видимых жизненных перспектив, которые бы обладали достаточной привлекательностью для испытуемого.

Высокие и нормативные значения связаны с наличием жизненных целей и присутствия смысла жизни. Настоящее и прошое воспринимаются, как осмысленные. Имеются убеждения, придающие жизни смысл. Оценка себя как человека целеустремлённого.

• **Человек как открытая система**

Низкие баллы означают неспособность достаточно интегрировать отдельные аспекты своего жизненного опыта. Формируется фрагментарное, недостаточно реалистичное восприятие различных аспектов жизни.

Высокие и нормативные баллы отражают высокую способность усваивать новую информацию. Формируется целостный, реалистичный взгляд на жизнь, открытость новому опыту, непосредственность и естественность переживаний.

Стимульный материал

Предлагаемые Вам утверждения касаются того, как Вы относитесь к себе и своей жизни. Мы предлагаем Вам согласиться или не согласиться с каждым из предложенных утверждений. Обведите цифру, которая лучше всего отражает степень Вашего согласия или несогласия с каждым утверждением:

Абсолютно не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Согласен	Абсолютно согласен
1	2	3	4	5	6

Помните, что правильных или не правильных ответов не существует.

Утверждение	1	2	3	4	5	6
1. Большинство моих знакомых считают меня любящим и преданным человеком.						

2. Иногда я меняю свое поведение или образ мышления, чтобы не выделяться.						
3. Как правило, я считаю себя в ответе за то, как я живу.						
4. Меня не интересуют занятия, которые принесут результат в отдаленном будущем.						
5. Мне приятно думать о том, что я совершил в прошлом и надеюсь совершить в будущем.						
6. Когда я оглядываюсь назад, мне нравится, как сложилась моя жизнь.						
7. Поддержание близких отношений было связано для меня с трудностями и разочарованиями.						
8. Я не боюсь высказывать свое мнение, даже если оно противоречит мнению большинства.						
9. Требования повседневной жизни часто угнетают меня.						
10. В принципе, я считаю, что со временем узнаю о себе все больше и больше.						
11. Я живу сегодняшним днем и не особо задумываюсь о будущем.						
12. В целом я уверен в себе.						
13. Мне часто бывает одиноко из-за того, что у меня мало друзей, с кем я могу поделиться своими проблемами.						
14. На мои решения обычно не влияет то, что делают другие.						
15. Я не очень вписываюсь в сообщество окружающих меня людей.						
16. Я отношусь к тем людям, которым нравится пробовать все новое.						
17. Я стараюсь сосредоточиться на настоящем, потому что будущее почти всегда приносит какие-то проблемы.						
18. Мне кажется, что многие из моих знакомых преуспели в жизни больше, чем я.						
19. Я люблю душевные беседы с родными или друзьями.						
20. Меня беспокоит то, что думают обо мне другие.						
21. Я вполне справляюсь со своими повседневными заботами.						
22. Я не хочу пробовать новые виды деятельности — моя жизнь и так меня устраивает.						
23. Моя жизнь имеет смысл.						
24. Если бы у меня была такая возможность, я бы многое в себе изменил.						
25. Мне кажется важным быть хорошим слушателем, когда близкие друзья делятся со мной своими проблемами.						
26. Для меня важнее быть в согласии с самим собой, чем получать одобрение окружающих.						
27. Я часто чувствую, что мои обязанности угнетают меня.						
28. Мне кажется, что новый опыт, способный изменить мои представления о себе и об окружающем мире, очень важен.						
29. Мои повседневные дела часто кажутся мне банальными и незначительными.						
30. В целом я себе нравлюсь.						
31. У меня не так много знакомых, готовых выслушать меня, когда мне нужно выговориться.						
32. На меня оказывают влияние сильные люди.						
33. Если бы я был несчастен в жизни, я предпринял бы эффективные меры, чтобы изменить ситуацию.						
34. Если задуматься, то с годами я не стал намного лучше.						

35. Я не очень хорошо осознаю, чего хочу достичь в жизни.							
36. Я совершал ошибки, но все, что ни делается, — все к лучшему.							
37. Я считаю, что многое получаю от друзей.							
38. Людям редко удается уговорить меня сделать то, чего я сам не хочу.							
39. Я неплохо справляюсь со своими финансовыми делами.							
40. На мой взгляд, человек способен расти и развиваться в любом возрасте.							
41. Когда-то я ставил перед собой цели, но теперь это кажется мне пустой тратой времени.							
42. Во многом я разочарован своими достижениями в жизни.							
43. Мне кажется, что у большинства людей больше друзей, чем у меня.							
44. Для меня важнее приспособиться к окружающим людям, чем в одиночку отстаивать свои принципы.							
45. Я расстраиваюсь, когда не успеваю сделать все, что намечено на день.							
46. Со временем я стал лучше разбираться в жизни, и это сделало меня более сильным и компетентным.							
47. Мне доставляет удовольствие составлять планы на будущее и воплощать их в жизнь.							
48. Как правило, я горжусь тем, какой я, и какой образ жизни я веду.							
49. Окружающие считают меня отзывчивым человеком, у которого всегда найдется время для других.							
50. Я уверен в своих суждениях, даже если они идут вразрез с общепринятым мнением.							
51. Я умею рассчитывать свое время так, чтобы все делать в срок.							
52. У меня есть ощущение, что с годами я стал лучше.							
53. Я активно стараюсь осуществлять планы, которые составляю для себя.							
54. Я завидую образу жизни многих людей.							
55. У меня было мало теплых доверительных отношений с другими людьми.							
56. Мне трудно высказывать свое мнение по спорным вопросам.							
57. Я занятой человек, но я получаю удовольствие от того, что справляюсь с делами.							
58. Я не люблю оказываться в новых ситуациях, когда нужно менять привычный для меня способ поведения.							
59. Я не отношусь к людям, которые скитаются по жизни безо всякой цели.							
60. Возможно, я отношусь к себе хуже, чем большинство людей.							
61. Когда дело доходит до дружбы, я часто чувствую себя сторонним наблюдателем.							
62. Я часто меняю свою точку зрения, если друзья или родные не согласны с ней.							
63. Я не люблю строить планы на день, потому что никогда не успеваю сделать все запланированное.							
64. Для меня жизнь — это непрерывный процесс познания и развития.							
65. Мне иногда кажется, что я уже совершил в жизни все, что было можно.							
66. Я часто просыпаюсь с мыслью о том, что жил неправильно.							

67. Я знаю, что могу доверять моим друзьям, а они знают, что могут доверять мне.						
68. Я не из тех, кто поддается давлению общества в том, как себя вести и как мыслить.						
69. Мне удалось найти себе подходящее занятие и нужные мне отношения.						
70. Мне нравится наблюдать, как с годами мои взгляды изменились и стали более зрелыми.						
71. Цели, которые я ставил перед собой, чаще приносили мне радость, нежели разочарование.						
72. В моем прошлом были взлеты и падения, но я не хотел бы ничего менять.						
73. Мне трудно полностью раскрыться в общении с людьми.						
74. Меня беспокоит, как окружающие оцени-вают то, что я выбираю в жизни.						
75. Мне трудно обустроить свою жизнь так, как хотелось бы.						
76. Я уже давно не пытаюсь изменить или улучшить свою жизнь.						
77. Мне приятно думать о том, чего я достиг в жизни.						
78. Когда я сравниваю себя со своими друзьями и знакомыми, то понимаю, что я во многом лучше их.						
79. Мы с моими друзьями относимся с сочувствием к проблемам друг друга.						
80. Я сужу о себе исходя из того, что я считаю важным, а не из того, что считают важным другие.						
81. Мне удалось создать себе такое жилище и такой образ жизни, которые мне очень нравятся.						
82. Старого пса не научить новым трюкам.						
83. Я не уверен, что мне стоит чего-то ждать от жизни.						
84. Каждый имеет недостатки, но у меня их больше, чем у других.						

«Опросник САН: самочувствие, активность, настроение» (В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай и М.П. Мирошников)

Тест САН — разновидность опросников состояний и настроений. Разработан сотрудниками 1 Московского медицинского института имени И.М.Сеченова В. А. Доскиным, Н. А. Лаврентьевой, В. Б. Шараем и М. П. Мирошниковым в 1973 г.

САН представляет собой карту (таблицу), которая содержит 30 пар слов, отражающих исследуемые особенности психоэмоционального состояния (самочувствие, настроение, активность). При разработке методики авторы исходили из того, что три основные составляющие функционального психоэмоционального состояния — самочувствие, активность и настроение могут быть охарактеризованы полярными оценками, между которыми существуют континуальная последовательность промежуточных значений. Однако получены данные о том, что шкалы САН имеют чрезмерно обобщенный характер. Факторный анализ позволяет выявить более дифференцированные шкалы: "самочувствие", "уровень напряженности", "эмоциональный фон", "мотивация". САН нашел широкое распространение

при оценке психического состояния больных и здоровых лиц, психоэмоциональной реакции на нагрузку, для выявления индивидуальных особенностей и биологических ритмов психофизиологических функций.

Процедура проведения

Необходимо соотнести свое состояние со шкалой 3 2 1 0 1 2 3 каждой пары признаков. Например, между парой утверждений "Самочувствие хорошее" и "Самочувствие плохое" расположены цифры 3 2 1 0 1 2 3. Цифра "0" соответствует среднему самочувствию, которое обследуемый не может отнести ни к плохому, ни к хорошему. Находящаяся слева от "0" единица отражает самочувствие — выше среднего, а цифра три — соответствует прекрасному самочувствию. Те же цифры в этой строке, стоящие справа от цифры "0", аналогичным образом характеризуют самочувствие исследуемого, если оно ниже среднего. Таким образом, последовательно рассматривается и оценивается каждая строка данного опросника.

В каждом случае, в отношении каждой пары утверждений Вы осуществляете свой выбор, отмечая необходимое значение шкалы "3 2 1 0 1 2 3".

Обработка результатов

При обработке эти цифры перекодируются следующим образом: индекс 3, соответствующий неудовлетворительному самочувствию, низкой активности и плохому настроению, принимается за 1 балл; следующий за ним индекс 2 — за 2; индекс 1 — за 3 балла и так до индекса 3 с противоположной стороны шкалы, который соответственно принимается за 7 баллов (учтите, что полюса шкалы постоянно меняются). Итак, положительные состояния всегда получают высокие баллы, а отрицательные низкие.

Например:

	7 6 5 4 3 2 1	
Чувствую себя сильным	3 2 1 0 1 2 3	Чувствую себя слабым
	1 2 3 4 5 6 7	
Пассивный	3 2 1 0 1 2 3	Активный

Производится расчет суммы баллов согласно ключа к тесту.

Ключ

- **Самочувствие** сумма баллов за вопросы: 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.
- **Активность** сумма баллов за вопросы: 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.
- **Настроение** сумма баллов за вопросы: 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

Интерпретация результатов

Полученная по каждой шкале сумма находится в пределах от 10 до 70 и позволяет выявить функциональное состояние индивида в данный момент времени по принципу.

- < 30 баллов — низкая оценка;
- 30 — 50 баллов — средняя оценка;
- > 50 баллов — высокая оценка.

Следует упомянуть, что при анализе функционального состояния важны не только значения отдельных его показателей, но и их соотношение. Дело в том, что у отдохнувшего человека оценки активности, настроения и

самочувствия обычно примерно равны. А по мере нарастания усталости соотношение между ними изменяется за счет относительного снижения самочувствия и активности по сравнению с настроением.

Стимульный материал

№, п/п	Оценки	Баллы	Оценки	
1	Самочувствие хорошее	3 2 1 0 1 2 3	Самочувствие плохое	X ^[1]
2	Чувствую себя сильным	3 2 1 0 1 2 3	Чувствую себя слабым	X
3	Пассивный	3 2 1 0 1 2 3	Активный	
4	Малоподвижный	3 2 1 0 1 2 3	Подвижный	
5	Веселый	3 2 1 0 1 2 3	Грустный	X
6	Хорошее настроение	3 2 1 0 1 2 3	Плохое настроение	X
7	Работоспособный	3 2 1 0 1 2 3	Разбитый	X
8	Полный сил	3 2 1 0 1 2 3	Обессиленный	X
9	Медлительный	3 2 1 0 1 2 3	Быстрый	
10	Бездеятельный	3 2 1 0 1 2 3	Деятельный	
11	Счастливый	3 2 1 0 1 2 3	Несчастный	X
12	Жизнерадостный	3 2 1 0 1 2 3	Мрачный	X
13	Напряженный	3 2 1 0 1 2 3	Расслабленный	X
14	Здоровый	3 2 1 0 1 2 3	Больной	X
15	Безучастный	3 2 1 0 1 2 3	Увлеченный	
16	Равнодушный	3 2 1 0 1 2 3	Заинтересованный	
17	Восторженный	3 2 1 0 1 2 3	Унылый	X
18	Радостный	3 2 1 0 1 2 3	Печальный	X
19	Отдохнувший	3 2 1 0 1 2 3	Усталый	X
20	Свежий	3 2 1 0 1 2 3	Изнуренный	X
21	Сонливый	3 2 1 0 1 2 3	Возбужденный	
22	Желание отдохнуть	3 2 1 0 1 2 3	Желание работать	
23	Спокойный	3 2 1 0 1 2 3	Взволнованный	X
24	Оптимистичный	3 2 1 0 1 2 3	Пессимистичный	X
25	Выносливый	3 2 1 0 1 2 3	Утомляемый	X
26	Бодрый	3 2 1 0 1 2 3	Вялый	X
27	Соображать трудно	3 2 1 0 1 2 3	Соображать легко	
28	Рассеянный	3 2 1 0 1 2 3	Внимательный	
29	Полный надежд	3 2 1 0 1 2 3	Разочарованный	X
30	Довольный	3 2 1 0 1 2 3	Недовольный	X

¹ Эти пункты обрабатываются в обратном порядке: 7 6 5 4 3 2 1 балл.

Расчет значений «СО» и «ВК» по формулам А.И. Юрьева и К. Шипоша при использовании Цветового теста Люшера

Цель применения данной методики состоит в определении вегетативного тонуса испытуемого, который позволяет установить тип реакции индивидуума: эрготропный (стремление к активности) или трофотропный (стремление к покою). Методика также позволяет определить состояние, в котором пребывает испытуемый: рабочее состояние, релаксации или напряжения.

Идея создания теста принадлежит швейцарскому психологу Максу Люшеру. Процедура ранжирования цветowych карточек (от самого приятного цвета до самого неприятного) позволяет рассчитать показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы («СО») и вегетативный коэффициент («ВК»). Расчет значений «СО» и «ВК» производится по формулам А.И. Юрьева и К. Шипоша, приведенным в методическом руководстве «Цветовой тест М. Люшера» В.И. Тимофеева и Ю.И. Филимоненко.

Обработка данных тестирования

Расчет «Суммарного отклонения от аутогенной нормы» (СО)

Аутогенная норма цветowych предпочтений установлена Вальнеффером на пациентах при проведении психотерапевтических курсов. С помощью теста М. Люшера пациенты обследовались при поступлении в стационар и при выписке из него. Психотерапевтическое лечение проводилось несколько месяцев, его ядро составляла аутогенная тренировка И.Г. Шульцца. Вальнеффер обнаружил, что при поступлении на лечение цветowych предпочтения пациентов исключительно разнообразны. При выписке цветowych предпочтения успешно излечившихся пациентов оказывались значительно более единообразными и стягивались к последовательности 34251607. Этот порядок цветов был принят М. Люшером в качестве нормы цветowych предпочтений, эталонного индикатора нервно-психического благополучия.

Процедура количественной оценки степени удаленности цветowych предпочтений испытуемого от аутогенной нормы была предложена в начале 80-х г.г. доцентом факультета психологии Ленинградского государственного университета А. И. Юрьевым.

Примем последовательность аутогенной нормы за эталон расположения цветов: красный должен стоять на первом месте, желтый - на втором, зеленый - на третьем и т. д. Мера удаленности цветowych предпочтений испытуемого от аутогенной нормы (АГН) вычисляется как сумма отклонений (без учета знака) по всем восьми цветам (СО).

Рассмотрим порядок вычисления СО для случая, когда второй выбор испытуемого: 35041627 (2 выбор в рассмотренном ранее примере). Сравним, где стоят цвета в выборе испытуемого и в аутогенной норме: красный у испытуемого стоит первым - значит, отклонение по красному цвету от аутогенной нормы равно (1-1) нулю; желтый стоит на четвертом месте - отклонение по желтому цвету равно (2-4) двум баллам; зеленый стоит на седьмом месте - значит, отклонение по нему равно (3-7) четырем баллам. Так же вычисляются отклонения по всем остальным цветам. Таким образом, для приведенного примера СО = 12.

Название цвета	Крас	Желт	Зел	Фиол	Син	Кор	Сер	Черн
Место цвета в АГН								
Место цв в выборе испыт.								
Отклонение от АГН								

Значения СО располагаются в диапазоне от 0 до 32 баллов и могут быть только четными.

На неслучайный характер аутогенной нормы указывает, в частности, и то, что цвета в ней расположены «не абы как», а в порядке следования цветов спектра. Исключение составляет только темно-синий цвет, который поменялся местами с фиолетовым.

Расчет «Вегетативного коэффициента» (ВК)

В поисковых научно-исследовательских работах, для получения более полной информации о психологическом состоянии исследуемых, рекомендуется определять показатель вегетативного коэффициента (ВК), предложенный венгерским психологом К. Шипошем.

Роль вегетативной активации в механизме тревожности отмечается многими авторами (Spielberger Ch., 1972, Cattell R., 1966). Отдельные авторы связывают склонность к тревоге с преобладанием тонуса парасимпатического отдела, поскольку в этом состоянии снижается функционирование сенсомоторных систем, что и характеризует парасимпатическое возбуждение. Другие исследователи утверждают обратное. По мнению П.В. Симонова (1981), тревога сопровождается активацией как симпатического, так и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы по мере роста эмоционального напряжения, и вегетативная реакция, таким образом, является смешанной.

К. Шипош исходил из утверждения о том, что в тесте М. Люшера есть мобилизующие, ассоциированные с активностью цвета (красный и желтый) и цвета пассивные (синий и зеленый). В отношении испытуемого к этим парам цветов обнаруживается его энергетическая установка, числовым выражением которой является вегетативный коэффициент.

$$\frac{18 - \text{крас.} - \text{желт.}}{18 - \text{син.} - \text{зел.}}$$

Величина ВК определяется по формуле: $ВК = \frac{18 - \text{крас.} - \text{желт.}}{18 - \text{син.} - \text{зел.}}$

В числитель и знаменатель формулы подставляются места соответствующих цветов в выборе испытуемого либо усредненные места по серии выборов.

Если снова вернуться к нашему примеру, то оценка ВК испытуемого будет вычисляться так:

$$ВК = \frac{18 - 1 - 4}{18 - 7 - 5} = 2,2$$

Значения ВК могут варьировать от 0,2 до 5 баллов.

Значения ВК, большие 1 балла, обнаруживают установку на энергозатраты, расходование сил, действие. Психофизиологической основой такой установки служит доминирование симпатического отдела ВНС. Значения ВК, меньшие 1 балла, фиксируют установку на минимизацию усилий, восстановление, самосохранение.

Интерпретация «Суммарного отклонения от аутогенной нормы» (СО)

Показатель СО интегрально отражает уровень непродуктивной нервно-психической напряженности, присущий испытуемому. Эта напряженность заключается в неумеренно завышенном расходовании нервно-психических ресурсов при столь же неумеренно низком коэффициенте полезного действия.

Чем больше величина СО, тем в большей мере силы человека расходуются на поддержание собственной психической целостности, на борьбу с внутриличностными проблемами, на волевое преодоление усталости в ущерб достижению субъективно значимых целей.

Предполагается, что у *испытываемого, выбирающего цвета в порядке аутогенной нормы*, непродуктивная нервно-психическая напряженность отсутствует. В общем случае (за исключением людей с психическими расстройствами) это выражается в активном стремлении действовать, способности проявлять волевые качества в трудных ситуациях. Эмоциональная сфера характеризуется преобладанием стеничных, положительных переживаний, оптимистической верой в будущее. Внутренний мир такого человека отличается согласованностью потребностей и способностей, интересов и долга, отсутствием противоречащих друг другу равносильных мотивов поведения.

Если испытываемый выбирает цвета в порядке, обратном аутогенной норме, у него можно ожидать наличие выраженной непродуктивной нервно-психической напряженности. Проявляться это будет в ограничении социальной активности, регулярных переживаниях «усталости от всего», когда нет сил не только для действия, но даже для постановки целей, ради которых бы стоило действовать. В общем фоне настроения преобладает тревожное ожидание неприятностей, неуверенность в своих силах, разочарование ходом своей жизни. Большая часть времени и сил у такого человека уходит на то, чтобы как-то притушить свои проблемы, примирить противоборствующие мотивы. При этом разрешение проблем субъективно кажется чем-то недостижимым. Поскольку внимание человека постоянно направлено на напряженный внутренний мир, успешность внешней деятельности (в том числе, профессиональной) оказывается сниженной.

Длительная работа, требующая постоянного волевого напряжения, отсутствие возможности полноценного отдыха, а также тяжелые хронические заболевания, истощающие организм, также могут быть причиной значительных отклонений от аутогенной нормы.

Значения СО отражают устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка.

Более 20 баллов – преобладание отрицательных эмоций. Доминирует плохое настроение и неприятные переживания, причину которых необходимо выяснить, т.к. ребенок нуждается в психологической помощи.

10 – 19 баллов – эмоционально состояние в норме, поводов для беспокойства нет.

0 – 9 баллов – преобладание положительных эмоций, ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

На выборке из 772 взрослых здоровых испытуемых различных профессий получено нормализованное статистическое распределение оценок СО, приведенное к 7-бальной стандартной шкале. При этом общий смысл

стандартных баллов можно определить следующим образом: 4 балла - статистическая средневывборочная норма;

3, 5 - незначительное отклонение от нормы;

2, 6 - значительное отклонение от нормы;

1,7 - исключительно большое отклонение от нормы.

Перевод сырых значений СО в стандартные баллы

Стандартные баллы							
Диапазон сырых значений СО	0-2	4-6	8-12	14-20	22-26	28-30	

Показатель СО позволяет прогнозировать эффективность и успешность деятельности (в том числе, профессиональный):

1 - 2 балла - отсутствие непродуктивной нервно-психической напряженности. Испытуемый активен, его действия разнообразны, коэффициент полезного действия высокий. Эмоциональный настрой - оптимистичный. Развит волевой самоконтроль. При этом воля не является орудием подавления какой-то части личности, она лишь согласует различные, но не противоречивые желания испытуемого. При наличии соответствующей мотивации испытуемый способен интенсивно работать длительное время. В экстремальных ситуациях он эффективно мобилизуется и сосредотачивается на выполнении задачи.

Психодиагностический инструментарий для изучения особенностей детско-родительских отношений

Важным аспектом профилактической деятельности, направленной на предотвращение преступлений в отношении половой неприкосновенности несовершеннолетних, является изучение особенностей детско-родительских отношений. Целесообразным, на наш взгляд, является изучение семейной ситуации, стиля воспитания, восприятие семьи ребёнком прежде всего в тех семьях, которые фигурируют в банках данных неполных семей и семей несовершеннолетних, проживающих совместно с отчимом или сожителем матери.

Тест «Диагностика эмоциональных отношений в семье» (Антони Е., Бине Е., под редакцией А.Г. Лидерса и И.В. Анисимовой)

Цель методики: изучение эмоциональных отношений ребенка с семьей, определении позиции ребёнка в семье. Также тест позволяет качественно и количественно оценить чувства, которые ребенок испытывает к членам своей семьи и как он воспринимает их отношение к себе. В ходе тестирования выявляются также типы психологических защит, используемые ребенком.

Возраст применения: 4 – 6,8 лет.

СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

- 20 фигур людей;
- 1 фигура безликая – господин «Никто»;
- Карточки высказывания с положительными и отрицательными чувствами;
- 10 коробочек с прорезями.

ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕНИЯ ТЕСТА:

Все фигуры должны быть поставлены перед входящим в комнату ребенком и распределены в следующем порядке по группам: 4 женщины, 4 мужчины, 5 девочек, 5 мальчиков, старик (старушка), грудной ребенок и «Никто».

ЭТАП 1. ВЫЯСНЕНИЕ СОСТАВА СЕМЬИ РЕБЁНКА

После установления контакта с ребенком экспериментатор задает следующие вопросы, с помощью которых он стремится выяснить концепцию семьи ребенка:

- Расскажи мне о людях, которые живут с тобой в доме;
- Расскажи мне, кто входит в твою семью.

Люди, упомянутые ребенком, вносятся в список на листе бумаги.

Чтобы интерпретировать результаты теста, важно знать полная или неполная семья у ребенка, не умерли ли один или оба родителя, не разведены ли они и не живут ли раздельно, не отсутствует ли временно

один из родителей, и с кем ребенок живет сейчас. То же самое нужно узнать о братьях и сестрах, если они есть. Может случиться так, что мать ребенка умерла, отец женился снова, и ребенок говорит, что у него две мамы. Для более точного понимания чувств ребенка желательно обеих мам включить в тест. На бланке есть место для описания и других членов семьи: дяди, тети, бабушки, или (и) дедушки, любого родственника, которого ребенок может назвать. Этот размеченный бланк также содержит место для имен и возрастов братьев и сестер. Если ребенок не знает, сколько ему лет, тестирующий может задать следующие вопросы: «Он больше, чем ты?», «Кто старше, Коля или Лена?», «Коля ходит в школу или он ходит на работу?». Ответы на подобные вопросы помогут выявить хронологический порядок и приблизительно определить возраст братьев и сестер. Включение ребенком в список семьи собаки, канарейки или других четвероногих или пернатых любимцев семьи не учитывается и не оценивается.

ЭТАП 2. УСТАНОВЛЕНИЕ СЕМЕЙНОГО КРУГА

После того, как экспериментатор установил, кто составляет семью ребенка, и записал членов семьи на бланке, он говорит ребенку: «Мы сейчас с тобой сыграем в такую притворную игру. Ты видишь все фигуры, которые там стоят? Мы притворимся, будто некоторые из них — члены твоей семьи». Затем экспериментатор подводит ребенка поближе к фигурам, указывая на четыре женские фигуры и спрашивает: «Как ты думаешь, какая из них была бы самой лучшей „мамой“?». Он дает возможность ребенку сделать выбор и указать на выбранную фигуру, затем просит поставить ее на стол или парту. Потом указывает на мужские фигуры и спрашивает: «А теперь скажи мне, какую из них лучше всего сделать папой?» Выбранная фигура ставится ребенком на тот же стол. Затем экспериментатор указывает на фигуры мальчиков и девочек (в зависимости от пола испытуемого) и спрашивает: «Какой из них тебе хотелось бы быть самому (ой)?», — и фигура переносится на стол. Так продолжается до тех пор, пока ребенок не поставит на стол фигуры для каждого члена семьи. Если ребенок хочет сделать несколько выборов, ему это разрешается. Он также может включить забытых братьев, сестер, бабушку. Когда семейный круг составлен, экспериментатор говорит: «Теперь у нас все члены семьи в сборе, но в нашей игре будет еще одна фигура». Он достает фигуру «Никто», ставит возле членов семьи и говорит: «Имя этого человека „Никто“. Он тоже будет играть. Сейчас я расскажу тебе, что он будет делать».

ЭТАП 3. ПРОВЕДЕНИЕ ТЕСТА

Ребенок усаживается за стол с фигурами на удобном расстоянии. Если он хочет разместить фигуры в определенном порядке, ему разрешается сделать это. Экспериментатор размещает вопросы теста кучкой перед собой и говорит:

«Видишь, здесь много маленьких карточек с написанными на них посланиями. Я прочитаю тебе, что на них сказано, и ты положишь каждую

карточку к той фигуре, к которой она подходит больше всего. Если послание на карточке никому не подходит, ты отдаешь его „Никому“. Понятно, что я имею в виду? Иногда тебе кажется, что послание подходит нескольким людям. Тогда скажи об этом и дай мне эту карточку. А теперь внимание! Я повторяю: если карточка подходит одному человеку больше всего, ты кладешь эту карточку к той фигуре, если карточка не подходит никому, ты даешь ее фигуре „Никто“; если карточка подходит нескольким людям, ты даешь ее мне». Экспериментатор переходит к тестированию, зачитывая карточки и передавая их одну за другой. Если вопрос теста подходит нескольким членам семьи, экспериментатор записывает на бланке, кто эти люди, и откладывает карточку в сторону. Вопросы зачитываются ребенку в случайном порядке, чтобы предотвратить появление одинакового вида вопросов рядом. Однако порядок зачитывания вопросов все время должен быть под контролем. Начало должно быть осторожным, чтобы дать ребенку возможность привыкнуть к этому заданию, избежать появления тревожности и не вызвать сопротивления. Две первые карточки должны выражать нежные положительные чувства, следующие 8 вопросов — смесь слабых положительных и слабых отрицательных чувств. Остаток вопросов, за исключением двух последних, может быть прочитан как угодно, при условии того, что подряд не будут долго идти вопросы из одной группы, чтобы не создать установку у ребенка. Если выпало три вопроса, выражающих одинаковый вид чувств, то экспериментатор подбирает четвертый вопрос так, чтобы он непременно был из другого вида. Он должен подобрать две последних карточки с вопросами положительного характера, чтобы ребенок не ушел с отголоском агрессии в сердце. Для того, чтобы решить вопрос о том, какую форму тестирования (форму для маленьких детей или форму для старших детей) выбрать, исследователь должен в ходе предыдущих этапов тестирования установить, насколько ребенок взросл и сообразителен. Линия границы проходит где-то между 6–8 годами. Если кажется, что ребенок сам бы хотел читать вопросы и к этому нет никаких препятствий, то экспериментатор прекращает чтение после первых четырех вопросов и спрашивает ребенка, не хочет ли он прочитать послания сам. При утвердительном ответе исследователь отдает ему пачку карточек и предлагает читать про себя или вслух, как захочется. Процедура тестирования не вызывает у ребенка затруднений и занимает не более 25 минут.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ТЕСТА:

Когда ребенок закончит задание, исследователь забирает у фигур карточки и отмечает на бланке, кому оказалась адресована каждая карточка (помечая в столбике номер карточки).

Бланк распределения чувств

Члены семьи	Исходящие позитивные чувства. Сумма	Исходящие негативные чувства. Сумма	Получаемые позитивные чувства. Сума	Получаемые негативные чувства. Сумма
Мама				

Папа				
Брат				
Сестра				
Бабушка				
Никто				

Обработка состоит в записи номеров вопросов в соответствующих клеточках и суммировании количества вопросов, которые были присвоены каждому человеку, в пределах каждой группы вопросов. Это покажет, сколько каждого «вида чувств» направляется ребенком каждому члену семьи.

Интерпретация результатов теста проводится по следующим направлениям:

Относительная психологическая значимость члена семьи.

Выстраивается диаграмма относительного (ожидаемого) распределения вопросов. Важно установить, не смещено ли распределение чувств от родителей к другим членам семьи, не ли преувеличенной реакции — положительной или отрицательной — на одного из родителей.

Эгоцентрические ответы.

Они содержат два элемента: любовь к себе и ненависть к себе. Оба они указывают на чрезмерную занятость собой. Высокий уровень любви часто наблюдается у привилегированных детей или детей, чрезмерно идущих на поводу своих желаний, а высокий уровень ненависти к себе — у отвергаемых и ненавидимых детей или детей с чувством неполноценности, вины и стыда.

Амбивалентность.

Амбивалентность (двойственность) имеет место, если члену семьи было направлено положительных пунктов не более, чем в два раза больше, чем отрицательных, или если количество отрицательных пунктов, направленных члену семьи, не превышает количество положительных не более, чем в два раза. Те вопросы, которые выражают получаемые ребенком чувства, и те, которые выражают исходящие чувства, рассматриваются независимо друг от друга.

Чувства, исходящие от ребенка и получаемые им.

Исходящие — это те чувства, источником которых является ребенок и которые делают его любящим, амбивалентным или ненавидящим. В случае обычного ребенка можно ожидать, что эти чувства будут связаны с его поведением. Сдержанный ребенок, не способный выразить свои чувства в реальной ситуации, возможно сможет это сделать в тестовой ситуации, но он может быть также сдержан в обеих ситуациях. Выраженные ребенком получаемые чувства зависят от его жизненного опыта и от его системы

защиты. Данные о полученных чувствах ставят нас перед двумя «реальностями» ребенка — реальность «действительных» эмоций, направленных на ребенка, и его «психической» реальностью воспринятых эмоций в соответствии с тем, каких он хотел и в каких он нуждался. Чувства, которые ребенок направляет другим, тесно соотносятся с чувствами, которые направляются ему.

Защиты.

Тестовая ситуация имеет тенденцию создавать систему «защиты» против чувств, вызывающих у ребенка ощущение вины. Здесь могут быть обнаружены следующие защитные механизмы:

- отказ, т. е. ребенок отдает большинство положительных и отрицательных пунктов «Никому»;
- идеализация, т. е. ребенок отдает преимущественно положительные вопросы членам семьи, в то время как отрицательные — «Никому»;
- смещение, т. е. ребенок отдает большинство пунктов периферическим членам семьи;
- осуществление желаний, регрессия, т. е. ребенок направляет на себя большинство вопросов, выражающих сверхпокровительственные, сверх потокающие чувства;
- проекция, т. е. ребенок преувеличенно и нереально приписывает положительные и отрицательные чувства другим и в то же время отрицает их у себя;
- реакция формирования, т. е. ребенок подменяет свои ответы противоположными с целью скрыть слишком положительные или отрицательные чувства.

Отсутствие нормальной защищенности.

Если результаты показывают чрезмерное проявление сильных положительных или отрицательных чувств, мы можем говорить о недостатке защищенности.

Высказывания с положительными и отрицательными чувствами

Нежные чувства, исходящие от ребенка

0. Этот член семьи очень хороший.
1. Этот член семьи очень веселый.
2. Этот член семьи всегда помогает другим.
3. Этот член семьи имеет великолепные возможности.
4. Этот член семьи никогда не подведет тебя.
5. Этот член семьи много шутит.
6. Этот член семьи заслуживает хорошего подарка.
7. Этот член семьи — хороший спортсмен.
8. С этим членом семьи хорошо играть.
9. Этот член семьи очень добрый.

Сильные положительные с сексуальным оттенком чувства, исходящие от ребенка

10. Мне нравится прижиматься к этому члену семьи.
11. Я люблю, когда меня целует этот член семьи.
12. Иногда мне хочется, чтобы я спал в одной кровати с этим членом семьи.
13. Мне хотелось бы, чтобы этот человек был возле меня всегда.
14. Мне бы хотелось, чтобы этот человек заботился обо мне больше, чем о ком-либо другом.
15. Я хотел(а) бы, чтобы мой будущий супруг напоминал этого члена семьи.
16. Мне нравится, когда этот член семьи щекочет меня.
17. Мне нравится обнимать этого члена семьи.

Слабые отрицательные чувства, исходящие от ребенка

20. Этот член семьи иногда слишком суетится.
21. Этот член семьи иногда придирается.
22. Этот человек иногда портит чужие забавы.
23. Этот член семьи иногда вспыльчив.
24. Этот член семьи бывает в плохом настроении.
25. Этот член семьи временами слишком много жалуется.
26. Этот член семьи иногда досаждаёт без всякого повода.
27. Этот член семьи никогда не удовлетворен.
28. Этот человек не очень терпелив.
29. Этот член семьи иногда слишком зол.

Сильные отрицательные (враждебные) чувства, исходящие от ребенка

30. Иногда мне хочется убить этого члена семьи.
31. Иногда у меня возникает желание, чтобы этот человек убирался прочь.
32. Иногда я ненавижу этого члена семьи.
33. Иногда я представляю себя бьющим этого члена семьи.
34. Иногда я думаю, что был бы счастливее, если бы этого человека не было в семье.
35. Иногда я чувствую, что "сыт этим человеком по горло".
36. Временами я хочу сделать что-то только для того, чтобы досадить этому человеку.
37. Этот член семьи может сильно разозлить меня.

Нежные чувства, получаемые ребенком

40. Этот член семьи добр ко мне.
41. Этот член семьи очень тактичен со мной.
42. Этот член семьи очень меня любит.
43. Этот член семьи очень внимателен ко мне.
44. Этот член семьи готов помочь мне.
45. Этот член семьи любит забавляться со мной.
46. Этот член семьи действительно понимает меня.
47. Этот член семьи всегда выслушает меня.

Сильные положительные, с "оттенком" чувства, получаемые ребенком

50. Этот член семьи любит баловать меня.
51. Этот член семьи любит крепко обнимать меня.
52. Этот член семьи любит прижимать меня к себе.

53. Этот член семьи любит помогать мне мыться.
54. Этот член семьи любит пощекотать меня.
55. Этот член семьи любит быть со мной в постели.
56. Этот член семьи хочет всегда быть со мной.
57. Этот член семьи заботится больше обо мне, чем о ком-либо другом.
- Слабые отрицательные чувства, получаемые ребенком
60. Этот член семьи иногда смотрит на меня неодобрительно.
61. Этот член семьи любит подразнить меня.
62. Этот член семьи иногда ругает меня.
63. Этот член семьи не соглашается со мной, когда мне хотелось бы того.
64. Этот член семьи не всегда соглашается помочь мне, когда у меня трудности.
65. Этот член семьи иногда ворчит на меня.
66. Этот член семьи иногда зол со мной.
67. Этот член семьи слишком занят, чтобы у него оставалось на меня время.
- Сильные отрицательные (враждебные) чувства, получаемые ребенком
70. Этот член семьи часто бьет меня.
71. Этот член семьи слишком часто наказывает меня.
72. Этот член семьи дает мне почувствовать себя глупым.
73. Этот член семьи заставляет меня бояться.
74. Этот член семьи неодобрителен ко мне.
75. Этот член семьи заставляет меня чувствовать себя несчастным.
76. Этот член семьи всегда недоволен мной.
77. Этот член семьи недостаточно любит меня.
- Материнская сверхопека
80. Мама беспокоится, что этот член семьи может простудиться.
81. Мама беспокоится, что этот член семьи может заболеть.
82. Мама беспокоится, чтобы этот член семьи не попал под машину.
83. Мама беспокоится, что этот член семьи может удариться и что-то себе повредить.
84. Мама беспокоится, что с этим человеком может что-нибудь случиться.
85. Мама боится разрешить этому члену семьи слишком много резвиться.
86. Мама боится разрешить играть этому члену семьи с озорными детьми.
87. Мама беспокоится, что этот член семьи очень мало ест.
- Отцовское сверхпотакание
90. Об этом члене семьи папа зачастую попусту волнуется.
91. Этому члену семьи папа уделяет слишком много внимания.
92. Этому члену семьи папа слишком балует.
93. С этим членом семьи папа проводит слишком много времени.
94. Этому члену семьи папа любит больше всех.
- Материнское сверхпотакание
95. Об этом члене семьи мама зачастую попусту волнуется.
96. Этому члену семьи мама уделяет слишком много внимания.
97. Этому члену семьи мама слишком балует.

98. С этим членом семьи мама проводит слишком много времени.

99. Этому члену семьи мама любит больше всех.

Методика «Интервью с ребенком» (А.И. Захаров)

В качестве одного из основных методов можно использовать интервью с ребенком, в процессе которого выясняются подробности внутрисемейных отношений и роли ребенка в семье.

Основные вопросы:

Вопрос: С кем ты живешь дома?

Обычно ребенок на 1-е место ставит наиболее значимое для него лицо, к которому он испытывает чувство привязанности. На последнем месте ребенок называет наименее значимое для него лицо.

Вопрос: Если бы ты играл в воображаемую игру «Семья», кого бы ты в ней изображал: маму, папу, или себя?

Старшие дошкольники обычно выбирают роль родителя того же пола, обнаруживая возрастную потребность в ролевой идентификации с ним. Если ребенок выбирает родителя другого пола, то это подчеркивает диспозицию в отношениях с родителями того же пола.

Вопрос: Если бы дома никого не было, кого бы ты ждал в первую очередь (маму, папу; папу, маму?).

Если в ответе мать не стоит на первом месте, то это свидетельствует об эмоциональных проблемах в отношениях с ней.

Вопрос: Если с тобой случилась беда, тебя обидел кто-то, ты всегда бы рассказал об этом маме, поделился бы с ней или не всегда? (Этот вопрос повторяется в отношении отца.)

Меньшая откровенность указывает не столько на конфликт, сколько на отсутствие доверительных отношений с детьми.

Вопрос: Скажи, ты боишься или нет, что тебя накажет мама (папа)?

Вопрос: Если бы ты вырос и сам стал мамой (папой), у тебя были бы девочка (мальчик), то ты бы так же относился, воспитывал ее (его), как к тебе относятся, воспитывают родители, или по-другому?

Обычно дети стремятся, не меняя родительскую роль, сохранить хорошие отношения. Ведущий мотив при этом — страх утраты любви, угроза которой существует у чрезмерно занятых и принципиальных родителей.

Вопрос: Когда ты вырастешь, ты будешь, как папа (мама), работать?

Предпочтение той же профессии, как правило, признак высокого авторитета родителей в представлении детей.

А. И. Баркан предлагает ряд опросников (шкал) для выявления особенностей жизни ребенка в семье. С точки зрения автора, они должны использоваться в комплексе с анализом рисунков «Моя семья», «Семья, которую хочу».

Опросник «Анализ семейных взаимоотношений»

(Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкиса)

для родителей детей в возрасте 3-10 лет и 11-21 года

Методика Эйдемиллера Э.Г. и Юстицкиса В.В. "Анализ семейных взаимоотношений" (АСВ) позволяет определить, каким образом родители воспитывают ребенка в семье.

Тест предназначен для родителей. Существует 2 варианта теста в зависимости от возраста детей этих родителей:

- Опросник для родителей детей в возрасте 3–10 лет;
- Опросник для родителей подростков в возрасте от 11 лет до 21 года.

Интерпретация результатов

Описание шкал

Дадим описание шкал опросника АСВ, которые предназначены для диагностики типов негармоничного воспитания.

Уровень протекции в процессе воспитания (шкалы Г+ и Г-)

Речь идет о том, сколько сил, внимания, времени уделяют родители при воспитании ребенка. Наблюдаются два уровня протекции: чрезмерная (гиперпротекция) и недостаточная (гипопротекция).

- **Гиперпротекция (шкала Г+).** При гиперпротекции родители уделяют ребенку крайне много времени, сил и внимания, и воспитание его стало центральным делом их жизни. Типичные высказывания таких родителей использованы при разработке настоящей шкалы (утверждения шкалы Г+ опросника АСВ).

- **Гипопротекция (шкала Г-).** Ситуация, при которой ребенок или подросток оказывается на периферии внимания родителя, до него «не доходят руки», родителю «не до него». Ребенок часто выпадает у них из виду. За него берутся лишь время от времени, когда случается что-то серьезное.

Степень удовлетворения потребностей ребенка (шкалы У+ и У-)

Речь идет о том, в какой мере деятельность родителей нацелена на удовлетворение потребностей ребенка, как материально-бытовых (в питании, одежде, предметах развлечения), так и духовных – прежде всего в общении с родителями, в их любви и внимании. Данная черта семейного воспитания принципиально отличается от уровня протекции, поскольку характеризует не меру занятости родителей воспитанием ребенка, а степень удовлетворения его потребностей. Так называемое «спартанское воспитание» является примером высокого уровня протекции (поскольку родитель много занимается воспитанием) и низкого уровня удовлетворения потребностей ребенка. В степени удовлетворения потребностей возможны два отклонения.

- **Потворствование (шкала У+).** О потворствовании мы говорим в тех случаях, когда родители стремятся к максимальному и некритическому удовлетворению любых потребностей ребенка или подростка. Они «балуют» его. Любое его желание – для них закон. Объясняя необходимость такого воспитания, родители приводят аргументы, являющиеся типичной рационализацией, – «слабость ребенка», его исключительность, желание дать

ему то, чего был сам лишен в свое время родителями, что ребенок растет без отца и т.д. Типичные высказывания приведены в шкале У+. При потворствовании родители бессознательно проецируют на детей свои ранее не удовлетворенные потребности и ищут способы заместительного удовлетворения их за счет воспитательных действий.

- **Игнорирование потребностей ребенка (шкала У-).** Данный стиль воспитания характеризуется недостаточным стремлением родителя к удовлетворению потребностей ребенка. Чаще страдают при этом духовные потребности, особенно потребность в эмоциональном контакте, общении с родителем.

Количество и качество требований к ребенку в семье (шкалы Т+, Т- и З+, З-)

Требования к ребенку – неотъемлемая часть воспитательного процесса. Они выступают, во-первых, в виде обязанностей ребенка, т.е. в тех заданиях, которые он выполняет, – учеба, уход за собой, участие в организации быта, помощь другим членам семьи. Во-вторых, это требования-запреты, устанавливающие, чего ребенок не должен делать. Наконец, невыполнение требований ребенком может повлечь применение санкций со стороны родителей – от мягкого осуждения до суровых наказаний. Формы нарушений системы требований к ребенку различны, поэтому высказывания родителей, отражающие их, представлены в целом ряде шкал: Т+, Т-; З+, З-; С+, С-.

Требования-обязанности – это перечень повседневных обязанностей ребенка по отношению к себе и по отношению к другим членам семьи.

- **Чрезмерность требований-обязанностей (шкала Т+).** Именно это качество лежит в основе типа негармоничного воспитания «повышенная моральная ответственность». Требования к ребенку в этом случае очень велики, непомерны, не соответствуют его возможностям и не только не содействуют полноценному развитию его личности, но, напротив, представляют риск психотравматизации.

- **Недостаточность требований-обязанностей ребенка (шкала Т-).** В этом случае ребенок имеет минимальное количество обязанностей в семье. Данная особенность воспитания проявляется в высказываниях родителей о том, как трудно привлечь ребенка к какому-либо делу по дому.

Требования-запреты, т.е. указания на то, что ребенку нельзя делать, определяют прежде всего степень его самостоятельности, возможность самому выбирать способ поведения. И здесь возможны две степени отклонения: чрезмерность и недостаточность требований-запретов.

- **Чрезмерность требований-запретов (шкала З+).** Такой подход может лежать в основе типа негармонического воспитания – «доминирующая гиперпротекция». В этой ситуации ребенку «все нельзя». Ему предъявляется огромное количество требований, ограничивающих его свободу и самостоятельность. У стеничных детей и подростков такое воспитание форсирует реакции оппозиции и эмансипации, у менее стеничных предопределяет развитие черт сензитивной и тревожно-мнительной

(психастенической) акцентуации. Типичные высказывания родителей отражают их страх перед любыми проявлениями самостоятельности ребенка. Этот страх проявляется в резком преувеличении последствий, к которым может привести хотя бы незначительное нарушение запретов; а также в стремлении подавить самостоятельность мысли ребенка.

- **Недостаточность требований-запретов к ребенку (шкала З-).** В этом случае ребенку «все можно». Даже если и существуют какие-либо запреты, ребенок или подросток легко их нарушает, зная, что с него никто не спросит. Он сам определяет круг своих друзей, время еды, прогулок, свои занятия, время возвращения вечером, вопрос о курении и об употреблении спиртных напитков. Он ни за что не отчитывается перед родителями. Родители при этом не хотят, или не могут установить какие-либо рамки в его поведении. Данное воспитание стимулирует развитие гипертимного типа личности у подростка и особенно неустойчивого типа.

Строгость санкций (наказаний) за нарушение требований ребенком (шкалы С+ и С-)

- **Чрезмерность санкций (шкала С+)** (тип воспитания «жесткое обращение»). Для родителей характерны приверженность к применению строгих наказаний, чрезмерное реагирование даже на незначительные нарушения поведения. Типичные высказывания родителей отражают их убеждение в полезности для детей и подростков максимальной строгости.

- **Минимальность санкций (шкала С-).** Эти родители предпочитают обходиться либо вовсе без наказаний, либо применяют их крайне редко. Они уповают на поощрения, сомневаются в результативности любых наказаний.

Неустойчивость стиля воспитания (шкала Н)

Под таким воспитанием мы понимаем резкую смену стиля приемов, представляющих собой переход от очень строгого к либеральному и затем, наоборот, переход от значительного внимания к ребенку к эмоциональному отвержению его родителями.

Неустойчивость стиля воспитания, по мнению К.Леонгарда, содействует формированию таких черт характера, как упрямство, склонность противостоять любому авторитету, и является нередкой ситуацией в семьях детей и подростков с отклонениями характера.

Родители, как правило, признают факт незначительных колебаний в воспитании ребенка, однако недооценивают размах и частоту этих колебаний.

Расширение сферы родительских чувств (шкала РРЧ)

Обусловливаемое нарушение воспитания – повышенная протекция (потворствующая или доминирующая).

Данный источник нарушения воспитания возникает чаще всего тогда, когда супружеские отношения между родителями в силу каких-либо причин оказываются нарушенными: супруга нет – смерть, развод, либо отношения с ним не удовлетворяют родителя, играющего основную роль в воспитании (несоответствие характеров, эмоциональная холодность и др.). Нередко при

этом мать, реже – отец, сами того четко не осознавая, хотят, чтобы ребенок, а позже подросток стал для них чем-то большим, нежели просто ребенком. Родители хотят, чтобы он удовлетворил хотя бы часть потребностей, которые в обычной семье должны быть удовлетворены в психологических отношениях супругов, – потребность во взаимной исключительной привязанности, частично – эротические потребности.

Мать нередко отказывается от вполне реальной возможности повторного замужества. Появляется стремление отдать ребенку (подростку) – чаще противоположного пола – «все чувства, всю любовь». В детстве стимулируется эротическое отношение к родителям – ревность, детская влюбленность. Когда ребенок достигает подросткового возраста, у родителя возникает страх перед самостоятельностью подростка. Появляется стремление удержать его с помощью потворствующей или доминирующей гиперпротекции.

Стремление к расширению сферы родительских чувств за счет включения эротических потребностей в отношения матери и ребенка, как правило, ею не осознается. Эта психологическая установка проявляется косвенно, в частности в высказываниях, что ей никто не нужен, кроме сына, и в характерном противопоставлении идеализированных ею собственных отношений с сыном не удовлетворяющим ее отношениям с мужем. Иногда такие матери осознают свою ревность к подругам сына, хотя чаще они предъявляют ее в виде многочисленных придинок к ним.

Предпочтение в подростковом возрасте детских качеств (шкала ПДК)

Обусловливаемое нарушение воспитания – потворствующая гиперпротекция. В этом случае у родителей наблюдается стремление игнорировать повзросление детей, стимулировать у них сохранение таких детских качеств, как непосредственность, наивность, игривость. Для таких родителей подросток все еще маленький. Нередко они открыто признают, что маленькие дети вообще им нравятся больше, что с большими не так интересно. Страх или нежелание повзросления детей могут быть связаны с особенностями биографии самого родителя (он имел младшего брата или сестру, на которых в свое время переместилась любовь родителей, в связи с чем свой старший возраст воспринимался как несчастье).

Рассматривая подростка как «еще маленького», родители снижают уровень требований к нему, создавая потворствующую гиперпротекцию, тем самым стимулируя развитие психического инфантилизма.

Воспитательная неуверенность родителя (шкала ВН)

Обусловливаемое нарушение воспитания – потворствующая гиперпротекция либо просто пониженный уровень требований. Воспитательную неуверенность родителя можно было бы назвать «слабым местом» личности родителя. В этом случае происходит перераспределение власти в семье между родителями и ребенком (подростком) в пользу последнего. Родитель «идет на поводу» у ребенка, уступает даже в тех вопросах, в которых уступать, по его же мнению, никак нельзя. Это

происходит потому, что подросток сумел найти к своему родителю подход, нащупал его «слабое место» и добивается для себя в этой ситуации «минимум требований – максимум прав». Типичная комбинация в такой семье – бойкий, уверенный в себе подросток (ребенок), смело выдвигающий требования, и нерешительный, винящий себя во всех неудачах с ним, родитель.

В одних случаях «слабое место» обусловлено психастеническими чертами личности родителя. В других – определенную роль в формировании этой особенности могли сыграть отношения родителя с его собственными родителями. В определенных условиях дети, воспитанные требовательными, эгоцентричными родителями, став взрослыми, видят в своих детях ту же требовательность и эгоцентричность, испытывают по отношению к ним то же чувство «неоплатного должника», что испытывали ранее по отношению к собственным родителям.

Характерная черта высказываний таких родителей – признание ими массы ошибок, совершенных в воспитании. Они боятся упрямства, сопротивления своих детей и находят довольно много поводов уступить им.

Фобия утраты ребенка (шкала ФУ)

Обусловливаемое нарушение воспитания – потворствующая или доминирующая гиперпротекция. «Слабое место» – повышенная неуверенность, боязнь ошибиться, преувеличенные представления о «хрупкости» ребенка, его болезненности и т.д.

Один источник таких переживаний родителей коренится в истории появления ребенка на свет – его долго ждали, обращения к врачам-гинекологам ничего не давали, родился хрупким и болезненным, с большим трудом удалось его выводить и т.д.

Еще один источник – перенесенные ребенком тяжелые заболевания, если они были длительными. Отношение родителей к ребенку или подростку формировалось под воздействием страха утраты его. Этот страх заставляет родителей тревожно прислушиваться к любым пожеланиям ребенка и спешить удовлетворить их (потворствующая гиперпротекция), в других случаях – мелочно опекать его (доминирующая гиперпротекция).

В типичных высказываниях родителей отражена их ипохондрическая боязнь за ребенка: они находят у него множество болезненных проявлений, свежи воспоминания о прошлых, даже отдаленных во времени переживаниях по поводу здоровья подростка.

Неразвитость родительских чувств (шкала НРЧ)

Обусловливаемые нарушения воспитания – гипопротекция, эмоциональное отвержение, жестокое обращение.

Адекватное воспитание детей и подростков возможно лишь тогда, когда родителями движут какие-либо достаточно сильные мотивы: чувство долга, симпатия, любовь к ребенку, потребность «реализовать себя» в детях, «продолжить себя».

Слабость, неразвитость родительских чувств нередко встречается у родителей подростков с отклонениями личностного развития. Однако это

явление очень редко ими осознается, а еще реже признается как таковое. Внешне оно проявляется в нежелании иметь Дело с ребенком (подростком), в плохой переносимости его общества, поверхностности интереса к его делам. Причиной неразвитости родительских чувств может быть отвержение самого родителя в детстве его родителями, то, что он сам в свое время не испытал родительского тепла.

Другой причиной НРЧ могут быть личностные особенности родителя, например выраженная шизоидность.

Замечено, что родительские чувства нередко значительно слабее развиты у очень молодых родителей, имея тенденцию усиливаться с возрастом (пример любящих бабушек и дедушек).

При относительно благоприятных условиях жизни семьи НРЧ обуславливает тип воспитания «гипопротекция» и особенно «эмоциональное отвержение». При трудных, напряженных, конфликтных отношениях в семье на ребенка часто перекладывается значительная доля родительских обязанностей – тип воспитания «повышенная моральная ответственность» – либо к нему возникает раздражительно-враждебное отношение.

Типичные высказывания родителей содержат жалобы на то, насколько утомительны родительские обязанности, сожаление, что эти обязанности отрывают их от чего-то более важного и интересного. Для женщин с неразвитым родительским чувством довольно характерны эмансипационные устремления и желание любым путем «устроить свою жизнь».

Проекция на ребенка (подростка) собственных нежелательных качеств (шкала ПНК)

Обуславливаемые нарушения воспитания – эмоциональное отвержение, жестокое обращение. Причиной такого воспитания нередко бывает то, что в ребенке родитель как бы видит черты характера, которые чувствует, но не признает в самом себе. Это могут быть: агрессивность, склонность к лени, влечение к алкоголю, те или иные склонности, негативизм, про-тестные реакции, несдержанность и т.д. Ведя борьбу с такими же, истинными или мнимыми, качествами ребенка, родитель (чаще всего – отец) извлекает из этого эмоциональную выгоду для себя. Борьба с нежелательным качеством в ком-то другом помогает ему верить, что у него данного качества нет.

Родители много и охотно говорят о своей непримиримой и постоянной борьбе с отрицательными чертами и слабостями ребенка, о мерах и наказаниях, которые они в связи с этим применяют. В высказываниях родителя сквозит неверие в ребенка, нередко инквизиторские интонации; характерным стремлением является выявить в любом поступке «истинную», т.е. плохую, причину. В качестве таковой чаще всего выступают качества, с которыми родитель неосознаваемо борется.

Вынесение конфликта между супругами в сферу воспитания (шкала ВК)

Обуславливаемые нарушения воспитания – противоречивый тип воспитания – соединение потворствующей гиперпротекции одного родителя с отверженцем либо доминирующей гиперпротекцией другого.

Конфликтность во взаимоотношениях между супругами – частое явление даже в относительно стабильных семьях. Нередко воспитание превращается в «поле битвы» конфликтующих родителей. Здесь они получают возможность наиболее открыто выразить недовольство друг другом, руководствуясь «заботой о благе ребенка». При этом разница во мнениях родителей чаще всего бывает диаметральной: один настаивает на весьма строгом воспитании с повышенными требованиями, запретами и санкциями, другой же родитель склонен «жалеть» ребенка, идти у него на поводу.

Характерное проявление ВК – выражение недовольства воспитательными методами другого супруга. При этом легко обнаруживается, что каждого интересует не столько то, как воспитывать ребенка, сколько то, кто прав в воспитательных спорах. Шкала ВК отражает типичные высказывания «строгой» стороны. Это связано с тем, что именно «строгая» сторона, как правило, является инициатором обращения к врачу или медицинскому психологу.

Сдвиг в установках родителя по отношению к ребенку в зависимости от его (ребенка) пола

Шкала предпочтения мужских качеств – ПМК и шкала предпочтения женских качеств – ПЖК. Обусловливаемые нарушения воспитания – потворствующая гиперпротекция, эмоциональное отвержение.

Нередко отношение родителя к ребенку обуславливается не действительными особенностями ребенка, а такими чертами, которые родитель приписывает его полу, т.е. «вообще мужчинам» или «вообще женщинам». Так, при наличии предпочтения женских качеств наблюдается неосознаваемое неприятие ребенка мужского пола. В таком случае приходится сталкиваться со стереотипными суждениями о мужчинах вообще: «Мужчины в основном грубы, неопрятны. Они легко поддаются животным побуждениям, агрессивны и чрезмерно сексуальны, склонны к алкоголизму. Любой же человек, будь то мужчина или женщина, должен стремиться к противоположным качествам – быть нежным, деликатным, опрятным, сдержанным в чувствах». Именно такие качества родитель с ПЖК видит в женщинах. Примером проявления установки ПЖК может служить отец, видящий массу недостатков в сыне и считающий, что таковы же и все его сверстники. В то же время этот отец «без ума» от младшей сестры мальчика, так как находит у нее одни достоинства. Под влиянием ПЖК в отношении ребенка мужского пола в данном случае формируется тип воспитания «эмоциональное отвержение». Возможен противоположный переко с выраженной антифеминистской установкой, пренебрежением к матери ребенка, его сестрам. В этих условиях по отношению к мальчику может сформироваться воспитание по типу «потворствующая гиперпротекция».

Сочетание различных отклонений в воспитании

Возможно достаточно большое количество сочетаний перечисленных черт семейного воспитания. Однако особенно важное значение с точки зрения анализа причин отклонений характера, а также возникновения

непсихотических психогенных нарушений поведения, невротических и невротоподобных состояний имеют следующие устойчивые сочетания.

- **Потворствующая гиперпротекция** (сочетание черт, отраженных в шкалах Г+, У+, при Т-, З-, С-). Ребенок находится в центре внимания семьи, которая стремится к максимальному удовлетворению его потребностей. Этот тип воспитания содействует развитию демонстративных (истероидных) и гипертимных черт личности у подростка.

- **Доминирующая гиперпротекция** (Г+, У±, Т±, З+, С±). Ребенок также в центре внимания родителей, которые отдают ему много сил и времени. Однако в то же время лишают его самостоятельности, ставя многочисленные ограничения и запреты. У гипертимных подростков такие запреты усиливают реакцию эмансипации и обуславливают острые аффективные реакции экстрапунитивного типа. При тревожно-мнительном (психастеническом), сенситивном, астеническом типах акцентуации личности доминирующая гиперпротекция усиливает астенические черты.

- **Эмоциональное отвержение** (Г-, У-, Т±, З±, С±). В крайнем варианте это воспитание по типу «Золушки». В основе эмоционального отвержения лежит осознаваемое или, чаще, неосознаваемое отождествление родителями ребенка с какими-либо отрицательными моментами в собственной жизни. Ребенок в этой ситуации может ощущать себя помехой в жизни родителей, которые устанавливают в отношениях с ним большую дистанцию. Эмоциональное отвержение формирует и усиливает черты инертно-импульсивной (эпилептоидной) акцентуации личности и эпилептоидной психопатии, ведет к декомпенсации и формированию невротических расстройств у подростков с эмоционально-лабильной и астенической акцентуациями.

- **При жестоком обращении родителей с детьми** (Г-, У-, Т±, З±, С+) на первый план выходит эмоциональное отвержение, проявляющееся наказаниями в форме избиений и истязаний, лишением удовольствий, неудовлетворением их потребностей.

- **Гипопротекция** (гипоопека – Г-, У-, Т-, З-, С+). Ребенок предоставлен самому себе, родители не интересуются им и не контролируют его. Такое воспитание особенно неблагоприятно при акцентуациях гипертимного и неустойчивого типов.

Психологические причины отклонений в семейном воспитании

Причины негармоничного воспитания весьма различны. Порой это определенные обстоятельства в жизни семьи, мешающие наладить адекватное воспитание. В этом случае показаны разъяснительная работа и рациональная психотерапия. Однако нередко основную роль в нарушении воспитательного процесса играют личностные особенности самих родителей. Особую роль в практике врача-психотерапевта играют две группы причин.

- **Отклонения личности самих родителей.** Акцентуации личности и психопатии нередко предопределяют определенные нарушения в воспитании. При неустойчивой акцентуации родитель чаще склонен

проводить воспитание, характеризующееся гипопротекцией, пониженным удовлетворением потребностей ребенка, пониженным уровнем требований к нему. Инертно-импульсивная (эпилептоидная) акцентуация родителей чаще других обуславливает доминирование, жесткое обращение с ребенком. Стиль доминирования может также обуславливаться чертами тревожной мнительности. Демонстративно-гиперкомпенсаторная акцентуация личности и истероидная психопатия у родителей нередко предрасполагают к противоречивому типу воспитания: демонстрируемая забота и любовь к ребенку при зрителях и эмоциональное отвержение в отсутствие таковых. Во всех случаях необходимо выявить отклонение личности родителей, убедиться в том, что именно оно играет решающую роль в возникновении нарушений в воспитании. Поэтому внимание врача-психотерапевта направляется на осознание родителями взаимосвязи между особенностями своих личностных характеристик, типом воспитания и нарушениями поведения у подростка или ребенка.

• **Психологические (личностные) проблемы родителей, решаемые за счет ребенка.** В этом случае в основе негармоничного воспитания лежит какая-то личностная проблема, чаще всего носящая характер неосознаваемой проблемы, потребности. Родитель пытается разрешить ее (удовлетворить потребность) за счет воспитания ребенка. Попытки разъяснительной работы, уговоров изменить стиль воспитания оказываются неэффективными. Перед психологом встает трудная задача выявить психологическую проблему родителя, помочь ему осознать ее, преодолеть действие защитных механизмов, препятствующих такому осознанию.

Шкалы, предназначенные для диагностики причин отклонений в семейном воспитании: РРЧ, ПДК, ВН, ФУ, НРЧ, ПНК, ВК, ПМК и ПЖК.

Бланк

Ф.И.О. _____
 Фамилия и имя сына (дочери) _____
 Сколько ему (ей) лет _____
 Кто заполнял (отец, мать, другой воспитатель) _____

Бланк ответов

Бланк для ответов					ДЗ (*)	
1	21	41	61	81	Г+	7
2	22	42	62	82	Г-	8
3	23	43	63	83	У+	8
4	24	44	64	84	У-	4
5	25	45	65	85	Т+	4
6	26	46	66	86	Т-	4
7	27	47	67	87	З+	4

8	28	48	68	88	З–	3
9	29	49	69	89	С+	4
10	30	50	70	90	С–	4
11	31	51	71	91	Н	5
12	32	52	72	92	РРЧ	6
13	33	53	73	93	ПДК	4
14	34	54	74	94	ВН	5
15	35	55	75	95	ФУ	6
16	36	56	76	96	НРЧ	7
17	37	57	77	97	ПНК	4
18	38	58	78	98	ВК	4
19	39	59	79	99	ПЖК	4
20	40	60	80	100	ПМК	4
101	107	113	119	125	Г+	
102	108	114	120	126	Г–	
103	109	115	121	127	У+	
104	110	116	122	128	РРЧ	
105	111	117	123	129	ФУ	
106	112	118	124	130	НРЧ	

Текст опросника для родителей детей в возрасте 3–10 лет

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).
2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) – пообщаться, поиграть.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которые не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался сам (сама).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей по уходу за собой и поддержанию порядка, чем большинство детей его возраста.
6. Моего ребенка очень трудно заставить сделать что-нибудь, чего он не любит.
7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильно ли поступают их родители.
8. Мой сын (дочь) легко нарушает запреты.
9. Если хочешь, чтобы твой(я) сын (дочь) стал(а) человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, стараюсь не наказывать сына (дочь).

11. Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал(а) бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем люблю (любила) супруга.
13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, что я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми, в общем-то, утомительное дело.
17. У моего сына (дочери) есть некоторые качества, которые нередко выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой(я) муж (жена) не мешал(а) бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой ребенок.
23. Если игрушка ребенку нравится, я куплю ее, сколько бы она не стоила.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем один раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) присматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: напоминаю, напоминаю сыну (дочери) сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).
27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.
28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) играть.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.
30. Я очень редко ругаю сына (дочь).
31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. Мы с ребенком понимаем друг друга лучше, чем мы с супругом.
33. Меня огорчает, что мой сын (дочь) слишком быстро становится взрослым.
34. Если ребенок упрямится из-за плохого самочувствия, лучше сделать так, как он хочет.
35. Мой ребенок растет слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть недостатки, которые не исправляются, хотя я упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его (ее).
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.

40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.
41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз приходилось пропускать родительские собрания.
43. Стремлюсь к тому, чтобы мой ребенок был обеспечен лучше, чем другие дети.
44. Если побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне часто приходилось давать моему сыну (дочери) трудные для его (ее) возраста поручения.
46. Мой ребенок никогда не убирает за собой игрушки.
47. Главное, чему родители могут научить своих детей – это слушаться.
48. Мой ребенок сам решает, сколько, чего и когда ему есть.
49. Чем строже родители относятся к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я – мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он(а) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.
52. Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.
53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.
57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолго любит моего мужа (жену).
59. Мужчина хуже умеет понимать чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже может понять чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось и приходится отказываться.
62. Родители, которые слишком много суетятся вокруг своих детей, вызывают у меня раздражение.
63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) больше надо.
65. У моего сына (дочери) более трудное детство, чем у большинства его (ее) товарищей.
66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей) хочется, а не то, что надо.
67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.
68. Если мой ребенок не спит, когда ему положено, я не настаиваю.
69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим детям.
70. От наказаний мало проку.

71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, очень суровы.
72. Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил(а) никого, кроме меня.
73. Мне нравятся маленькие дети, поэтому не хотел(а) бы, чтобы он(а) слишком быстро выросл(а).
74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).
75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходится ему (ей) многое позволять.
76. Воспитание детей – тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен не получаешь ничего.
77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное средство – это постоянные строгие наказания.
78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.
79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его (ее) делах, здоровье и т. д.
82. Так повелось, что о ребенке я вспоминаю, если он что-нибудь натворил или с ним что-нибудь случилось.
83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего он (она) хочет.
84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Стараюсь как можно раньше приучить ребенка помогать по дому.
86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители не правы, они должны делать так, как говорят старшие.
88. В нашей семье так принято, что ребенок делает, что хочет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание – ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего ребенка пройдут сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы беремся за него (нее). Если все тихо, мы опять оставляем его (ее) в покое.
92. Если бы мой сын не был моим сыном, а я была бы моложе, то наверняка бы в него влюбилась.
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.
94. В недостатках моего сына(дочери) виновата) я сам(а), потому, что не умел(а) его (ее) воспитывать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям наш(а) сын (дочь) остался (осталась) жить.
96. Нередко я завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он(а) немедленно использует это во вред себе или окружающим.

98. Нередко бывает, что я говорю сыну (дочери) одно, а муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя.
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) для меня – закон.
104. Мой сын очень любит спать со мной.
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.
106. Родители нужны ребенку, лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.
107. Ради сына (дочери) я пошел бы на любую жертву.
108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.
109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему (ей) все прощаю.
110. Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.
111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.
112. Большинство детей – маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.
113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.
114. Когда все благополучно, я меньше всего интересуюсь делами сына (дочери).
115. Мне очень трудно сказать своему ребенку «нет».
116. Меня огорчает, что мой сын (дочь) все менее нуждается во мне.
117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем у большинства других детей.
118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.
119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.
120. Большую часть своего времени сын (дочь) проводит вне дома – в яслях, детском саду, у родственников.
121. У моего сына (дочери) вполне хватает времени на игры и развлечения.
122. Кроме моего сына, мне больше никто на свете не нужен.
123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.
124. Нередко думаю, что я слишком рано женился (вышла замуж).
125. Все, чему научился мой ребенок к настоящему времени, произошло только благодаря моей постоянной помощи.
126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).
127. Я не могу вспомнить, когда в последний раз отказал(а) своему ребенку в покупке какой-нибудь вещи (мороженое, конфеты, «пепси» и т. д.).
128. Мой сын говорил мне: «Вырасту, женюсь на тебе, мама».
129. Мой сын (дочь) часто болеет.
130. Семья не помогает, а осложняет мою жизнь.

Текст опросника для родителей подростков в возрасте от 11 лет до 21 года

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).
2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) чем-нибудь интересным – куда-нибудь пойти вместе, о чем-нибудь подольше поговорить.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которых не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался сам (сама).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей, чем большинство его товарищей.
6. Моего сына (дочь) очень трудно заставить что-нибудь сделать по дому.
7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильны ли взгляды их родителей.
8. Мой сын (дочь) возвращается вечером тогда, когда хочет.
9. Если хочешь, чтобы твой сын (дочь) стал(а) человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, стараюсь не наказывать сына (дочь).
11. Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал(а) бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем супруга.
13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, что я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми в общем-то утомительное дело.
17. У моего сына (дочери) есть некоторые качества, которые выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой муж (жена) не мешал(а) бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой сын (дочь).
23. Стараюсь купить своему сыну (дочери) такую одежду, какую он (она) сам(а) хочет, даже если она дорогая.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем один раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) присматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: напоминаю, напоминаю сыну (дочери) сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).

27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.
28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) общаться.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.
30. Я очень редко ругаю сына (дочь).
31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. Мы с сыном понимаем друг друга лучше, чем мы с мужем.
33. Меня огорчает, что мой сын (дочь) слишком быстро становится взрослым.
34. Если ребенок упрямится, потому что плохо себя чувствует, лучше всего сделать так, как он хочет.
35. Мой ребенок рос слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть слабости, которые не исправляются, хотя я упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его (ее).
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.
40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.
41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз приходилось пропускать родительские собрания.
43. Стараюсь купить ему (ей) все то, что он (она) хочет, даже если это стоит дорого.
44. Если подольше побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне много раз приходилось поручать моему сыну (дочери) важные и трудные дела.
46. На моего сына (дочь) нельзя положиться в серьезном деле.
47. Главное, чему родители могут научить своих детей – это слушаться.
48. Мой сын (дочь) сам(а) решает, курить ему (ей) или нет.
49. Чем строже родители к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я – мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он (она) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.
52. Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.
53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.

57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолюбливает моего мужа (жену).
59. Мужчина хуже умеет понимать чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже может понять чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось отказаться.
62. Бывало, что я не узнавал(а) о замечании или двойке в дневнике потому, что не посмотрел(а) дневник.
63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) больше надо.
65. У моего сына (дочери) более трудное детство, чем у большинства его (ее) товарищей.
66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей) хочется, а не то, что надо.
67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.
68. Мой сын (дочь) сам(а) решает, на что ему (ей) тратить свои деньги.
69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим.
70. От наказаний мало проку.
71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, очень суровы.
72. Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил(а) никого, кроме меня.
73. Когда мой сын (дочь) был маленький, он (она) мне нравился больше, чем теперь.
74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).
75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходилось в детстве многое позволять ему (ей).
76. Воспитание детей – тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен не получаешь ничего.
77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное средство – это строгие постоянные наказания.
78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.
79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его (ее) делах, здоровье и т. д.
82. Нередко мне приходится (или приходилось) подписываться в дневнике за несколько недель сразу.
83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего он хочет.
84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Мой сын (дочь) много помогает мне (дома, на работе).

86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители не правы, они должны делать так, как говорят старшие.
88. Выходя из дома, мой сын (дочь) редко говорит, куда он (она) идет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание – ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего сына (дочери) прошли сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы беремся за него (нее). Если все тихо, мы опять оставляем его (ее) в покое.
92. Если бы мой сын не был бы моим сыном, а я была бы моложе, то я наверняка в него влюбилась.
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.
94. В недостатках моего сына (дочери) виновата я сам(а), потому что не сумел(а) его (ее) воспитать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям сын (дочь) остался (осталась) жить.
96. Нередко завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он (она) немедленно использует это во вред себе или окружающим.
98. Нередко бывает, что если я говорю сыну (дочери) одно, а муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя.
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) для меня – закон.
104. Когда мой сын был маленьким, он очень любил спать со мной.
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.
106. Родители нужны ребенку, лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.
107. Ради сына (дочери) я пошел (пошла) бы на любую жертву.
108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.
109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему (ей) все прощаю.
110. Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.
111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.
112. Большинство детей – маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.
113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.
114. Когда все благополучно, я меньше всего интересуюсь делами сына (дочери).
115. Мне очень трудно сказать своему ребенку «нет».

116. Меня огорчает, что мой сын (дочь) все менее нуждается во мне.
117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем у большинства его (ее) сверстников.
118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.
119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.
120. Большую часть своего свободного времени сын (дочь) проводит вне дома.
121. У моего сына (дочери) очень много времени на развлечения.
122. Кроме моего сына, мне больше никто на свете не нужен.
123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.
124. Нередко думаю, что слишком рано женился (вышла замуж).
125. Все, чему научился мой ребенок к настоящему моменту (в учебе, в работе или в чем-либо другом), он добился только благодаря моей постоянной помощи.
126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).
127. Кончив уроки (или придя домой с работы), мой сын (дочь) занимается тем, что ему (ей) нравится.
128. Когда я вижу или представляю сына с девушкой, у меня портится настроение.
129. Мой сын (дочь) часто болеет.
130. Семья не помогает, а осложняет мою жизнь.

***Методика «Детско-родительские отношения глазами подростка»
(О.А. Карабанова, П.В. Трояновская)***

Полную картину детско-родительских отношений глазами подростков позволяет выявить методика «Детско-родительские отношения подростков», разработанная П.В. Трояновской.

Методика включает в себя 19 шкал.

Подросток отвечает на вопросы на специальных бланках отдельно по отношению к матери и по отношению к отцу. В бланке это помечается подчеркиванием соответствующего слова в пункте «мать/отец».

Методика состоит из 19 шкал:

1. Принятие (демонстрация родителем любви и внимания): 1, 19, 37, 55, 73, 91.
2. Эмпатия (понимание родителем чувств и состояний ребенка): 2, 20, 38, 56, 74, 92.
3. Эмоциональная дистанция (качество эмоциональной связи между родителем и подростком): 3, 21, 39, 57, 75, 93.
4. Сотрудничество (совместное и равноправное выполнение заданий): 4, 22, 40, 58, 76, 94.
5. Принятие решений (особенности принятия решений в диаде): 5, 23, 41, 59, 77, 95.

6. Конфликтность (интенсивность конфликтов, победитель в конфликте): 6, 24, 42, 60, 78, 96.
7. Поощрение автономности (передача ответственности подростку) 7, 25, 43, 61, 79, 97.
8. Требовательность (количество и качество декларируемых требований): 8, 26, 44, 62, 80, 98.
9. Мониторинг (осведомленность родителя о делах и интересах подростка): 9, 27, 45, 63, 81, 99.
10. Контроль (особенности системы контроля со стороны родителя): 10, 28, 46, 64, 82, 100.
11. Авторитарность (полнота и непререкаемость власти родителя): 11, 29, 47, 65, 83, 101.
12. Особенности поощрений и наказаний (качество и количество оказываемых оценочных воздействий): 12, 30, 48, 66, 84, 102.
13. Непоследовательность (изменчивость и непостоянство воспитательных приемов родителя): 13, 31, 49, 67, 85, 103.
14. Неуверенность (сомнение родителя в верности его воспитательных усилий): 14, 32, 50, 68, 86, 104.
15. Удовлетворение потребностей (качество удовлетворения материальных потребностей ребенка, потребностей во внимании, в информации): 15, 33, 51, 69, 87, 105.
16. Неадекватность образа ребенка (искажение образа ребенка): 16, 34, 52, 70, 88, 106.
17. Отношения с супругом (качество отношений со вторым родителем подростка): 17, 35, 53, 71, 89, 107.
18. Общая удовлетворенность отношениями (общая оценка подростком качества отношений с родителем): 18, 36, 54, 72, 90, 108.
19. Ценностная ориентация (эта шкала содержит открытые вопросы, которые помогают подростку описать те положительные и отрицательные ценности, которые оказывают влияние на отношения с родителем): 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116.

Вышеуказанные 19 шкал объединены в следующие блоки.

1. Блок шкал, описывающий *особенности эмоциональных отношений родителя и подростка*: принятие, эмпатия, эмоциональная дистанция.
2. Блок шкал, описывающий *особенности общения и взаимодействия*: сотрудничество, принятие решений, конфликтность, поощрение автономности.
3. Блок *контроля*: требовательность, мониторинг, контроль, авторитарность, особенности поощрений и наказаний.
4. Блок *противоречивости/непротиворечивости отношений*: непоследовательность, неуверенность.

5. *Дополнительные шкалы*: удовлетворение потребностей, неадекватность образа ребенка, отношения с супругом, общая удовлетворенность отношениями, ценностная ориентация.

Ответы на вопросы каждой шкалы расположены на отдельной строке бланка ответа. Для нахождения общего балла для большинства шкал нужно сложить все значения по строке.

В четырех шкалах схема подсчета немного отличается:

– шкала 5, *принятие решений*: в первых трех вопросах (5, 23, 41) значения «инвертируются»: «1» на «5», «2» на «4», «4» на «2», «5» на «1».

Общий балл вычисляется путем сложения новых значений и значений трех остальных вопросов;

– шкала 6, *конфликтность*: общий балл вычисляется путем сложения значений трех первых вопросов (6, 24, 42). Остальные три вопроса описывают характер конфликтов и победителя в конфликте, их значения в общей сумме не учитываются;

– шкала 12, *особенности оказания поощрений и наказаний*. Эта шкала состоит из двух подшкал: *поощрения* (вопросы 12, 30, 48) и *наказания* (вопросы 66, 84, 102). Баллы считаются отдельно для каждой подшкалы;

– шкала 17, *отношения с супругом*. Эта шкала также состоит из двух подшкал: *враждебность* (вопросы 17, 35, 53) и *доброжелательность* (вопросы 71, 89, 107). Баллы считаются отдельно для каждой подшкалы.

Стимульный материал

Инструкция: «Данный опросник содержит описание различных особенностей поведения Ваших родителей. Каждое утверждение пронумеровано. Такие же номера есть на бланке для ответов.

Просим вас оценить, насколько поведение Ваших родителей соответствует приведенным описаниям. Для этого в качестве ответа поставьте на бланке для ответов рядом с номерами вопроса соответствующий балл.

1 – если подобное поведение не встречается у Вашего отца/матери *никогда*;

2 – если подобное поведение встречается у Вашего отца/матери *редко*;

3 – если подобное поведение встречается у Вашего отца/матери *иногда*;

4 – если подобное поведение встречается у Вашего отца/матери *часто*;

5 – если подобное поведение встречается у Вашего отца/матери *всегда*.

В вопросах №№109-116 необходимо закончить фразы, для чего на бланке отведено особое место.

Мы просим Вас оценить эти утверждения сначала в отношении матери, а потом, на другом бланке, в отношении отца».

1. Приветлив (а) и доброжелателен(а) со мной.
2. Понимает, какое у меня настроение.
3. Если у него (нее) плохое настроение, мое тоже портится.
4. Помогает мне, если я его прошу.
5. При споре заставляет меня соглашаться с его (ее) доводами.
6. Затекает ссоры по пустякам.

7. Уважает мое мнение.
8. Поручает мне ответственные дела.
9. Знает о моих интересах и увлечениях.
10. Проверяет, как я выполнил(а) поручение.
11. Я должен получить разрешение на любое свое действие.
12. Благодарит меня за помощь.
13. Реагирует на одни и те же события по-разному, в зависимости от настроения.
14. Сомневается в правильности своих действий и решений.
15. Находит для меня время, если это мне нужно.
16. Относится ко мне так, как будто я старше или младше, чем на самом деле.
17. Обижается на мужа/жену, даже если проблема уже разрешена.
18. Мне нравятся наши отношения.
19. Я уверен(а), что он(а) любит меня.
20. Угадывает мои желания.
21. Если он(а) чем-то расстроена, я чувствую себя так, как будто это происходит со мной.
22. У нас есть общие дела и интересы.
23. Не выслушивает мое мнение при споре.
24. Сердится и кричит.
25. Позволяет мне самому решать, как проводить свое свободное время.
26. Считает, что я должен(а) выполнять все его (ее) требования.
27. Знает моих друзей.
28. Проверяет мой школьный дневник.
29. Требуя моего подчинения во всем.
30. Умеет проявлять свою благодарность.
31. По-разному ведет себя в похожих ситуациях.
32. Сменяет свою точку зрения, если я на этом настаиваю.
33. Прислушивается к моим просьбам и пожеланиям.
34. Ведет себя так, как будто совсем не понимает меня.
35. Строит свои планы, независимые от планов мужа/жены.
36. Я ни в чем не хочу изменять наши отношения.
37. Я нравлюсь ему (ей) таким(ой), какой(ая) есть.
38. Может развеселить меня, когда мне грустно.
39. Мое отношение к делу зависит от того, как он(а) к нему относится.
40. Выслушивает мои пожелания и предложения, когда мы делаем что-то вместе.
41. При обсуждении проблемы навязывает готовое решение.
42. Вовлекает в наш конфликт других членов семьи.
43. Передает мне ответственность за то, что я делаю.
44. Требуя большего, чем я способен(а) сделать.
45. Знает, где я провожу свободное время.
46. Пристально следит за моими успехами и неудачами.
47. Прерывает меня на полуслове.

48. Обращает внимание на мои хорошие поступки.
49. Тяжело заранее определить, как поступит в ответ на то или иное действие.
50. Долго откладывает принятие решения, предоставляя событиям идти своим чередом.
51. Заботится о том, чтобы у меня было все необходимое.
52. Я не понимаю его слова и поступки.
53. Ссорится с мужем/женой из-за мелочей.
54. Когда я вырасту, я хотел(а) бы иметь такие же отношения со своим ребенком.
55. Интересуется тем, что меня волнует.
56. Умеет поддержать меня в трудную минуту.
57. Дома я веду себя по-разному, в зависимости от того, какое у него (нее) настроение.
58. Могу обратиться к нему (ней) за помощью.
59. Учитывает мое мнение при принятии семейных решений
60. При решении конфликта всегда старается быть победителем.
61. Если я заработаю деньги, позволит мне самому ими распорядиться.
62. Напоминает мне о моих обязанностях.
63. Знает, на что я трачу свои деньги.
64. Оценивает мои поступки как «плохие» и «хорошие».
65. Требуется отчета о том, где я был(а) и что делал(а).
66. Наказывая, может применить силу.
67. Его (ее) требования противоречат друг другу.
68. Предпочитает, чтобы важные решения принимал кто-то другой.
69. Покупает мне те вещи, о которых я прошу.
70. Приписывает мне те чувства и мысли, которых у меня нет.
71. Заботится о муже/жене.
72. Я горжусь тем, какие у нас отношения.
73. Рад(а) меня видеть.
74. Сочувствует мне.
75. Мы испытываем схожие чувства.
76. Для меня важно его (ее) мнение по интересующей меня проблеме.
77. Соглашается со мной не только на словах, но и на деле.
78. При решении конфликта старается найти решение, которое устраивало бы обоих.
79. Поддерживает мое стремление самому принять решение.
80. Учит меня, как надо себя вести.
81. Знает, во сколько я приду домой.
82. Хочет знать, где я был(а) и что делал(а).
83. Отвергает мои предложения без объяснения причин.
84. Считает, что хорошие дела и так видно, а на проступки надо обратить внимание.
85. Его (ее) легко переубедить.

86. Советуется с кем-нибудь о том, как лучше поступить в той или иной ситуации.
 87. Охотно отвечает на мои вопросы.
 88. Неверно понимает причины моих поступков.
 89. Приходит на помощь мужу/жене, даже если это требует жертв.
 90. Наши с ним (ней) отношения лучше, чем в большинстве семей моих сверстников.
 91. Прощает мне мелкие проступки.
 92. С уважением относится к моим мыслям и чувствам.
 93. Я чувствую себя неуютно, если долго не вижу его (ее).
 94. Участвует в тех делах, которые придумываю я.
 95. При принятии решения у нас равные права.
 96. При решении конфликта уступает мне.
 97. Уважает мои решения.
 98. Обращает мое внимание на существующие правила.
 99. Знает о моих успехах и неудачах в школе.
 100. Если я задерживаюсь, проверяет, где я.
 101. Ведет себя так, как будто лучше меня знает, что мне нужно.
 102. Несправедливо меня наказывает.
 103. На его (ее) отношение ко мне влияют дела на работе.
 104. Боится дать мне неправильный совет.
 105. Выполняет свои обещания.
 106. Своими действиями или словами ставит меня в тупик.
 107. Прислушивается ко мнению мужа/жены в различных ситуациях.
 108. В будущем мне бы хотелось сохранить наши отношения неизменными.
- Закончите фразу:
109. Мне нравится ...
 110. Мне не нравится ...
 111. Мне хотелось бы ...
 112. Он(а) хочет видеть меня ...
 113. Ему (ей) нравился во мне ...
 114. Ему (ей) не нравится во мне ...
 115. Он(а) гордится тем, что я ...
 116. Он(а) терпеть не может ...

БЛАНК
(МАТЬ/ОТЕЦ)

Фамилия, Имя		Возраст		Пол		Дата					
№		№		№		№		№		№	
1		19		37		55		73		91	
2		20		38		56		74		92	
3		21		39		57		75		93	
4		22		40		58		76		94	
5		23		41		59		77		95	

6		24		42		60		78		96	
7		25		43		61		79		97	
8		26		44		62		80		98	
9		27		45		63		81		99	
10		28		46		64		82		100	
11		29		47		65		83		101	
12		30		48		66		84		102	
13		31		49		67		85		103	
14		32		50		68		86		104	
15		33		51		69		87		105	
16		34		52		70		88		106	
17		35		53		71		89		107	
18		36		54		72		90		108	

109. _____

110. _____

111. _____

112. _____

113. _____

114. _____

115. _____

116. _____

Информационные материалы для организации профилактических мероприятий с родителями

1-4 классы

Рекомендации родителям «РАССКАЗЫ ДЛЯ МАЛЕНЬКИХ»

(для совместного чтения и обсуждения прочитанного)

Красная машина

Асель с Маратом играли во дворе дома. Вдруг из-за угла выехала очень красивая красная машина и остановилась около детей. Асель очень хотела потрогать ее и посмотреть, что же там внутри, но она боялась, что хозяин будет ругать ее, если она подойдет поближе. И вдруг из машины вышел мужчина. Он широко улыбнулся ей и спросил, не хочет ли она покататься. У Асель от радости перехватило дыхание. Она бросила игрушки и подбежала к машине, но Марат догнал ее, схватил за руку и потащил домой. Дома мама похвалила Марата, а Асели сказала, что она никогда не должна подходить к чужим машинам, а тем более садиться в них. Почему мама похвалила Марата? Почему нельзя садиться в чужие машины?

Мороженое

Мама с Колей гуляли по городу. Было очень жарко и хотелось мороженого. Коля ныл всю дорогу, но мама сказала, что у него недавно была ангина, и мороженое ему нельзя. Но Коле очень хотелось мороженого. Он даже обиделся на маму: «Подумаешь ангина, - думал

Коля, - уже нет никакой ангины».

Наконец они пришли в парк и остановились около детской площадки. Коля побежал

играть, а мама отошла в сторонку и поглядывала за ним.

Вдруг к Коле подошла незнакомая женщина, в руке она держала заветное мороженое. Она огляделась по сторонам и подзвала Колю: «Эй, мальчик, хочешь мороженое?» «Хочу», - ответил Коля. «Ну, тогда пойдем со мной», - позвала она. Коля с радостью подбежал и взял ее за руку. Но в это время подошла мама. А женщина стала быстро уходить. «Никогда не подходи к чужим людям, даже если они предлагают тебе что-нибудь вкусное», - сказала она. Почему мама так сказала?

Лифт

Света играла во дворе дома. Она давно уже хотела кушать, но ей не хотелось подниматься на 5 этаж, а мама не разрешала ей одной ездить в лифте. Наконец Света решила пойти домой. Она пошла в подъезд и подошла к лифту. В лифте стоял мужчина, он сказал, что ждет ее, и спросил, на какой ей этаж, но Света вспомнила слова мамы и сказала, что передумала ехать. Она вернулась на улицу. Через несколько минут к дому подошла тетя Таня, которая

жила на этаж выше, и Света поехала в лифте с ней. Мама похвалила Свету. Почему мама похвалила Свету?

В лагере

Вечером все отдыхали. Младшие дети смотрели телевизор. Старшие занимались своими делами. Погода была чудесная, и Наташа с Наргизой решили прогуляться. На дворе ярко светила луна, и было совсем не страшно. Девочки болтали о чем-то своем, когда к ним подошли двое парней. Они были чужие, не из лагеря. Парни оказались пьяными и стали звать их погулять подальше. Наташа строго сказала, что им не разрешают выходить за ворота. Но один из парней рассмеялся и стал тащить ее к воротам. Наргиза не растерялась. Она стала громко звать детей и воспитателей. На шум бегом прибежали все, кто услышал ее голос. Тащивший Наташу бросил ее руку, и через минуту оба исчезли. Правильно ли сделала Наргиза, что стала кричать? Нужно ли звать на помощь взрослых, если вы сами не можете справиться с ситуацией?

Родительское собрание

Личные границы – это важно!

Добрый день, уважаемые родители. Часто ли мы задумываемся над тем, что такое личные границы? Зачем они нужны?

Личные границы-это своеобразные маркеры во взаимоотношениях: «Так со мной можно поступать, а так-нельзя. Потому, что мне это не приятно». Личные границы -это, своего рода, зона безопасности. Отстаивать ее очень трудно. Данный навык требует осознанности, дисциплины, понимания своих потребностей. Ребенок должен различать, что по отношению к нему со стороны других безопасно, доступно, нормально, а что – небезопасно, неадекватно, а значит, неприемлемо. И снова возвращаемся к важности воспитания в семье. Например, для ребенка, не подвергавшегося насилию

(эмоциональному, физическому) агрессия со стороны другого человека воспримется как неадекватное поведение, а значит-угроза. Такой ребенок сразу же отреагирует, найдет способ обезопасить себя, защитит свои границы.

Взрослый родитель с детства участвует в формировании личных границ у ребёнка. С чего же начать?

Границы безопасности начинаются с телесных границ. Ребенок должен знать, что его тело-это важно. Ребенок должен чувствовать постоянно, что физический дискомфорт, особенно бесцельный – это ненормально и правильнее всего его избегать. То есть, если туфли жмут и трут –это не потерпи, зато красиво и я их дорого купила. Это повод принять меры или, хотя бы, пожалеть, что эти меры сейчас приняты быть не могут и придется героически перетерпеть дискомфорт.

Важно объяснить ребенку, что никто, кроме врача, не может трогать его без разрешения – а с определенного возраста даже вы. Важно учитывать, что границы сдвигаются по мере взросления. Если в три года мыть ребёнка —

нормально, то в 12 лет заходить в ванную без стука со словами «что я там не видела» — неправильно. Говорите ребенку, что никто не имеет права намеренно причинять ему боль и относиться к его телу без должного уважения.

Ребенок должен знать, что его согласие либо не согласие - важно.

Личные границы — это право ребёнка иногда не согласиться с вами.

Здесь, конечно же, важна грамотность не только родителей, но и окружающих взрослых. Наши воспитатели, педиатры, стоматологи, парикмахеры только начинают привыкать к тому, что ребенку надо не только объяснить, что с ним будут делать, но и спрашивать разрешения дотронуться. Ну, например, педиатр может сказать: «я сейчас подниму тебе майку, чтобы послушать как ты дышишь, можно?» В некоторых случаях родителям стоит об этом попросить отдельно и заранее.

Если ребенок скажет: «Нет», это неприятно здесь и сейчас, но не смертельно.

Ситуации бывают разные. Допустим, ребенок не хочет ехать в гости к бабушке. Поинтересуйтесь основанием мнения ребенка. Может быть у него просто плохое настроение и он против любых планов из-за вредности. А может быть у бабушки его что-то или, что особенно важно, кто-то пугает. Например, та же заботливая бабушка заставляет доедать обед до конца, когда ребенок уже наелся. Или на семейном застолье дядя с тетей давят на ребенка, чтобы тот вслух прочитал стихотворение. В такой ситуации включайтесь сразу, так вы защитите ребенка и покажете, что вы его авторитетный взрослый, стоящий на охране его границ.

Неплохо бы так же спрашивать ребенка по поводу просмотренного, прочитанного не пересказ и не анализ, а мнение. Хотя бы время от времени.

А что же нам делать с подростками, которые демонстративно отрицают планы взрослых. Вы уже приняли решение о поездке и слышите о том, что это дурацкая идея. Можно ответить следующим образом: «Жаль, что ты так считаешь, но ты имеешь право на это мнение. И все же мы поедем, решение было принято и сейчас пересмотрено быть не может».

Смиритесь с фактом, что нельзя заходить к старшему подростку в комнату без стука, без разрешения нельзя проверять его телефон и сообщения. Это нарушает право ребёнка на личную жизнь. Договаривайтесь о правилах, соблюдайте их со своей стороны и обсудите последствия за их нарушение.

Ребёнок увидит, что вы уважаете его право на личное пространство, секреты и постепенную сепарацию, а также научится понимать последствия своих нарушений.

Научите ребенка ценить ваше пространство

Дайте ребёнку понять, что нарушать ваше пространство нельзя. Под пространством понимается всё что угодно. Например, запрещается дёргать вас, когда вы пьёте чашку утреннего кофе, или заходить в ванную комнату, когда вы в душе. Также уважайте и пространство ребёнка, постепенно обучайте ухаживать за своими вещами.

Ребёнок будет брать пример и аналогично выстраивать отношения с окружающими в дальнейшем.

Научите ребенка ценить чужое пространство.

Навык уважения чужих границ — это, прежде всего, умение принимать, что другие люди отличаются от вас.

Не стоит гладить чужих собачек и котиков, не спросив об этом разрешения у хозяина или хозяйки. Не надо поощрять физический контакт с другим ребёнком просто ради “дружелюбия” – невежливо набрасываться на малознакомого или вовсе незнакомого сверстника не только с щипками, но и с объятьями ли, с поцелуями ли или с троганием волос. Не надо теребить посторонних взрослых и заглядывать им в глаза.

Чужие границы помогают осознавать свои границы. Ну, и их осознание уменьшает шанс на то, что ваш ребёнок станет агрессором в будущем.

Умение отказать и сказать «нет» в определенных ситуациях-важно!

Безусловно, ситуации бывают разные, и в некоторых случаях поступиться своими интересами ради другого действительно важно.

Но, бывают такие ситуации, когда нами манипулируют и здесь важно не поддаваться чужой воле и уметь вовремя сказать: «нет».

Научите ребенка АЛГОРИТМУ ЭФФЕКТИВНОГО ОТКАЗА:

Сначала он должен прояснить ситуацию: что конкретно хочет человек, и почему именно от него. Для этого необходимо задавать прямые вопросы: «А почему именно ко мне ты обратился с этой просьбой? Почему ты не сделаешь это сам?»

Нужно обсудить с товарищем последствия своих действий «Если я сейчас это сделаю, то потом...», «Если мне придется сделать за тебя это, тогда я...»

Если есть приемлемые варианты помощи, то нужно предложить их: «Давай мы поступим иначе...», «Давай вместо этого мы с тобой...» — твой собеседник увидит, что ты действительно хочешь помочь, но не так, как он тебе предлагает.

Если тебя не услышали или не захотели слушать — решительно говори «нет» и заканчивай разговор. При этом попрощайся как обычно и сообщи, что «на связи». Это нужно для того, чтобы не возникло неловкости. Этим ты даешь понять, что уходишь именно сейчас и именно от этой ситуации — от предложения, просьбы.

Взрослый родитель с детства участвует в формировании личных границ у ребёнка. Идея границ помогает свести конфликты на минимум. Приобретайте этот навык и общайтесь с удовольствием!

Родительское собрание

Что должны знать дети, чтобы защитить себя

Ребенок может избежать беды, если будет знать, что именно ему делать, когда он окажется в опасной ситуации. Твердо сказать «нет», рассказать тому,

кто в состоянии реально помочь, — эти навыки, жизненно важные для любого ребенка, следует динамично прививать ему в целях использования в любой ситуации, угрожающей его безопасности.

Если дети хорошо знают, как устроено их тело, понимают, что оно принадлежит только им, то они не позволяют прикасаться к себе никому, кроме тех людей, которые не злоупотребляют их доверием. Даже маленькие дети должны знать правильные названия частей тела, включая половые органы.

Следует отвечать на вопросы детей просто и ясно, используя только те слова, которые они понимают. Ванная комната может быть самым подходящим местом для обучения личной безопасности. При мытье ребенка-дошкольника следует дать ему мыло, чтобы он сам вымыл свои половые органы. Необходимо объяснить, что эта часть тела является интимной, что никто, кроме врача, в случае необходимости, не может прикасаться к ней без его согласия, и сам ребенок тоже не должен трогать интимные части тела других людей.

Необходимо научить ребенка:

- доверять своим чувствам, интуиции;
- уметь различать хорошие, плохие и смущающие прикосновения.

Таким образом, он сможет распознать возможную опасность и избежать ее.

При этом следует объяснить, что:

— хорошие прикосновения всегда приятны, как объятия тех, кого ребенок любит, или как дружеские рукопожатия;

— плохие прикосновения причиняют вред и оставляют неприятные воспоминания, от которых хочется избавиться и которые могут ранить душу;

— смущающие прикосновения приводят в смущение, нарушают покой, вызывают непривычное волнение. Ими могут быть прикосновения, которые начинаются как хорошие, а потом причиняют боль. Например, щекотка, продолжающаяся слишком долго. Или же это могут быть приятные прикосновения, но тех людей, которых ребенок знает недостаточно хорошо, или «тайные» прикосновения, когда кто-то трогает интимные части тела.

Если какие-то прикосновения причиняют боль или смущают его, ребенок должен:

- громко сказать «нет», глядя прямо в глаза тому, кто это делает;
- убежать;
- рассказать обо всем взрослому, которому доверяет.

Ребенку необходимо разъяснить, что, хотя воспитанные дети и должны уважать взрослых, не следует подчиняться каждому взрослому только из-за того, что тот старше и вправе требовать послушания. Иногда это может быть опасно и привести к беде. Личная неприкосновенность является правом каждого человека. Нужно научить ребенка твердо говорить «нет» в случае любого посягательства на его неприкосновенность — так же, как его учат закрывать дверь, когда он моется в ванной.

Родители должны поддерживать со своими детьми доверительные отношения.

Для этого необходимо создать такие взаимоотношения в семье, когда ребенок может свободно обсуждать со взрослыми любые проблемы. Важно поддержать право ребенка на отказ обнять или поцеловать взрослого, если он этого не хочет: эти ласки даже со стороны родственника или близкого знакомого семьи могут быть неприятны ребенку. Альтернативой им может стать доброжелательный разговор или рукопожатие как выражение теплых чувств.

От родителей требуется набраться терпения и научиться внимательно слушать детей, когда они рассказывают о событиях своей жизни или о друзьях; задавать ребенку вопросы о его переживаниях, страхах и огорчениях; поощрять ребенка делиться сокровенными переживаниями — это наиболее важные условия, которые помогают избежать беды.

Нужно быть в курсе взаимоотношений ребенка с другими детьми и взрослыми. Секретность, окружающая взаимоотношения малыша или подростка с другими людьми, должна насторожить.

Взаимоотношения с посторонними.

Ребенок может попадать в опасные ситуации при контактах с посторонними. В каждой семье должны быть установлены правила безопасности, которые помогут детям избежать беды, когда они остаются дома одни или же находятся вне его:

— входная дверь должна быть захлопнута и закрыта на замок. Нельзя открывать дверь посторонним, даже если это почтальон, милиционер или водопроводчик;

— самым безопасным ответом ребенка по телефону, когда он дома один, может быть фраза, что мама и папа заняты, вместо того, чтобы говорить звонящему, что родителей нет дома;

— несовершеннолетний должен знать, кому из друзей или соседей он может позвонить в отсутствие родителей и взрослых, если он испугается или окажется в критической ситуации;

— рядом с телефонным аппаратом следует поместить номера телефонов экстренных служб;

— нужно научить ребенка пользоваться мобильным телефоном для набора телефонов экстренных служб, ребенок должен знать номер домашнего телефона и почтовый адрес, а также номера мобильных телефонов родителей;

— если ребенок регулярно ходит в определенные места (школа, магазин, спортивная секция и т.п.), необходимо вместе с ним выбрать наиболее безопасный маршрут;

— выручает и использование в семье пароля безопасности. При этом важно выбрать легко запоминающееся слово, которое несовершеннолетний будет использовать в качестве сигнала, что он оказался в опасности и нуждается в помощи и пр.

5-9 классы

Родительское собрание

Почему дети не рассказывают о насилии или как понять, что с ребёнком это происходит

(по материалу статьи <https://mel.fm/vospitanive/eksperty/7842593-ty-zhe-ne-khochesh-rasstraivat-mamu-pochemu-deti-ne-rasskazyvayut-o-nasilii>)

Термин «домогательства» в целом не очень применим к таким ситуациям, корректнее будет назвать это развратными действиями в отношении детей. Демонстрация порнографии или половых органов ребёнку, нежелательные прикосновения, принуждение к раздеванию и прочее — это всё формы сексуализированного насилия против детей.

Причины молчать о таком могут быть разными, во многом они зависят от того, что преступник внушает ребёнку. Можно выделить две возможные стратегии, которыми преступники пользуются, чтобы совершать домогательства и другие формы сексуализированного насилия против ребёнка максимально безопасно для себя.

1. Выстраивание доверительных отношений, груминг. Придерживаясь этой стратегии, взрослый постепенно «обхаживает» ребёнка, втирается к нему в доверие, подчёркивает особенность ребёнка и всячески демонстрирует, что он лучше других взрослых и заслуживает особенного доверия.

Под видом игры или заботы взрослый может нарушать личные границы ребёнка, злоупотребляя доверием

Ребёнку в силу возрастных особенностей в целом сложнее распознать подобные действия как сексуализированное насилие, так как до сих пор по этому поводу не сформированы нормы и нет словаря для описания происходящего.

Это всё играет на руку злонамеренным взрослым. Ребёнку внушают, будто происходящее — это общий секрет, о котором никому нельзя рассказывать, с ребёнка, как правило, берут обещание хранить эту «общую тайну». Дети могут интуитивно чувствовать, что это неправильно, но им может быть сложно назвать это насилием и решиться рассказать кому-либо о пережитом.

Когда ребёнок начинает осознавать, что над ним совершили насилие, преступник может сменить стратегию на следующую.

2. Удержание и контроль. В этом случае взрослый обычно внушает детям, что если они расскажут о произошедшем, то всё станет ещё хуже. Например, что об этом узнают все (учителя, одноклассники, родственники), не поверят или обвинят в произошедшем, накажут. Агрессор также может угрожать ребёнку или его близким в случае, если он расскажет кому-либо.

Взрослый может внушать чувство вины ребёнку: что он такой особенный и красивый, что взрослый «не удержался», что ребёнок «провоцировал» его

Если до этого был этап выстраивания доверительных отношений, то здесь взрослый может активно навязывать ребёнку чувство вины

(«Ты хочешь, чтобы меня посадили?», «Ты же не хочешь расстраивать маму?»). Ни один ребёнок не хочет расстроить маму — детям страшно подумать, как могут отреагировать их родители, им не хочется их беспокоить, и они молчат. Если ещё на этапе доверительных отношений ребёнок поделился с преступником своими секретами, взрослый может шантажировать его и этим тоже.

Есть также дополнительные факторы, которые мешают детям рассказать о произошедшем близким:

Дети могут считать себя виноватыми в действиях преступника. И думать, что надо было как-то иначе реагировать или рассказать другим с самого начала.

Ещё бывают ситуации, когда ребёнок испытал «смешанные» ощущения (например, при дискордантном возбуждении) и это пугает. После этого у ребёнка могут возникнуть мысли, что с ним что-то не так, раз тело дало такую реакцию, предало его. Ему может быть стыдно обращаться за помощью, может казаться, что он её не достоин.

Может не быть навыка рассказывать о своих сложностях родителям. Если родители обычно слишком заняты, чтобы выслушать ребёнка, или просят, чтобы он подходил к ним только с чем-то «важным», то у ребёнка не формируется понимание того, как отделить «важное» от «ерунды», он привыкает не делиться своими трудностями и волнениями с родителями.

Ребёнок думает, что только с ним такое произошло и, следовательно, это с ним что-то не так. Это ведёт к переживанию одиночества, изолированности ребёнка от других.

Правда ли, что мальчики реже девочек рассказывают о насилии

Есть статистика о том, что девочки подвергаются сексуализированному насилию (в которое входят домогательства) чаще, чем мальчики. Так, по статистике ВОЗ от 2016 года, каждая пятая девочка и каждый тринадцатый мальчик имеют такой опыт. В России локальное исследование по Северо-Западному региону показало, что около 14% юношей и 21% девушек сталкивались с той или иной формой сексуализированного насилия.

Достоверных данных о том, что мальчики сообщают о насилии реже, чем девочки, мы не встречали. Но у нас есть основания предположить, что это может зависеть от возраста, в котором ребёнок подвергся насилию.

Сексуализированное насилие над детьми в 99% случаев совершают мужчины. При этом сексуальная ориентация преступника здесь не играет никакой роли и, вопреки распространённому мифу, оснований для постановки психиатрического диагноза «педофилия» там тоже чаще всего нет. Насильник выбирает не столько жертву, сколько условия — ищет самый безопасный для себя вариант. Часто выбор падает на детей, ведь им сложнее распознать насилие и у них меньше ресурсов, чтобы дать отпор или обратиться за помощью. И тут как мальчики, так и девочки одинаково уязвимы.

В подростковом возрасте ситуация несколько меняется, у насилия появляются гендерные аспекты

Девочки действительно чаще сталкиваются с домогательствами в этом возрасте, некоторые виды домогательств в целом очень распространены (можно ли найти девушку, которой ни разу не свистели на улице и не задавали неуместных вопросов об интимной жизни?). При этом мальчики тоже могут столкнуться с домогательствами, для них это не менее болезненный опыт.

Большую часть сексуализированного насилия над мальчиками или мужчинами совершают другие мужчины, в сознании большинства людей такой сценарий невозможен или унизителен для пострадавшего. Из-за подобных установок домогательства в отношении мальчиков в целом менее ожидаемы, их сложнее заметить и подросткам, и окружающим их взрослым. Мальчики могут столкнуться с чувством стыда из-за того, что до них домогался мужчина, им может быть сложно осознать, что в их отношении тоже возможны такие действия. Всё это может мешать мальчикам-подросткам обратиться за помощью, довериться кому-либо.

Может ли поведение ребенка говорить о случившемся насилии

Нет единого набора признаков, по которым можно распознать, что ребёнок подвергся домогательствам или другим формам сексуализированного насилия. Но мы можем выделить то, на что стоит обратить внимание:

Внезапные перемены в поведении. Например, ребёнок вдруг замкнулся в себе или, наоборот, стал очень общительным. Резкие изменения в успеваемости, в стиле, в активности или выражении эмоций — это всё может быть реакцией психики на насилие, следствием травматизации или способом адаптации после произошедшего.

Ребёнок стал напрягаться при физическом контакте (если раньше такого не было).

Он отказывается куда-то ходить, «капризничает». Резкое нежелание идти в сад или ехать в гости к родственникам нередко воспринимается родителями как бунтарство, лень или капризы. Но такое нежелание может быть попыткой обезопасить себя, прекратить взаимодействие с насильником.

У детей младшего возраста опыт домогательств может выражаться через сексуализированное поведение: соответствующие сюжеты в играх, повышенный интерес ко «взрослым» темам. Они также могут выражать свои переживания или опыт в рисунках.

Как вести себя, если ребенок дает понять: с ним происходит что-то страшное

Сохраняйте спокойствие. Часто дети боятся рассказать о произошедшем, потому что беспокоятся из-за того, как это могут воспринять родители. Постарайтесь сдерживать эмоции в разговоре с ребёнком: это может напугать его. Будьте рядом, дайте ему возможность поделиться, выслушайте.

Не давите. Ребёнка заставляли делать то, чего он делать не хотел. Часто пострадавшими от насилия любое давление извне воспринимается как его продолжение. Покажите ребёнку, что вы цените его границы и уважаете его выбор.

Помните: ребёнок не виноват. Взрослый человек нарушил закон, выбрал насилие. Ваш ребёнок пострадал, ему нужна поддержка и помощь.

Обеспечьте безопасное пространство, свободное от критики, оценки, угрозы наказания

Признайте произошедшее. То, что тот взрослый сделал, — это неправильно. Лучше называть вещи своими именами, чтобы у ребёнка было представление о том, что произошло — это насилие и с ним так нельзя.

Поощрите рассказ ребёнка и выразите благодарность за доверие. Обратиться за помощью бывает очень нелегко, и вашему ребёнку потребовались большая смелость и силы, чтобы решиться рассказать вам о произошедшем. Покажите, что вы цените этот шаг (например, можно сказать: «Всё, что ты рассказала, важно»), похвалите ребёнка за смелость и подчеркните, что он всё сделал правильно.

Отнеситесь к себе с заботой и пониманием. Это шокирующая информация, и растеряться тут вполне нормально. Но важно помнить: если у значимых взрослых будет достаточно сил, то и восстановление ребёнка будет легче.

Опыт сексуализированного насилия ребёнка — это тяжёлые переживания для всей семьи. Обращайте внимание на своё эмоциональное самочувствие, поделитесь своими переживаниями с близкими людьми или специалистами. Вы тоже имеете право на поддержку и помощь.

При принятии решения об обращении в правоохранительные органы и вообще каком-то выносе информации о пережитом насилии за пределы семьи важно учитывать мнение пострадавшего ребёнка. Конечно, это непростое решение и универсального ответа для всех здесь быть не может.

Можно ориентироваться на возраст 10 лет: именно с этого момента суды принимают во внимание мнение детей

Как минимум с ребёнком любого возраста нужно будет обсудить возможные действия взрослых (подача заявления или разрыв отношений с насильником, например, если это был родственник). С ребёнком постарше уже можно не только проговорить ситуацию и ваши действия, но и спросить его мнения, чего он хочет. Взрослые, которые стараются защитить ребёнка и помочь, должны ориентироваться не только на возраст ребёнка, но и учитывать его личные особенности.

Что можно сделать со своей стороны для профилактики таких ситуаций? Как сделать так, чтобы ребёнку было проще рассказать о домогательствах в том случае, если они всё-таки произойдут?

Совершить насилие над ребёнком — это выбор агрессора, и, к сожалению, мы не можем контролировать ситуацию с этой стороны. Но можно создать условия, в которых недобросовестному взрослому будет сложнее воспользоваться ребёнком и заставить его молчать об этом. Научить ребёнка замечать, если что-то не так, доверять своим ощущениям и интуиции, дать ему чувство уверенности, что он имеет право на телесную неприкосновенность и может обращаться за помощью к близким.

Первое, что вы можете сделать для безопасности своего ребёнка, — это строить доверительные и позитивные отношения с ним:

Слушать (и слышать) ребенка.

Дать ребенку право и научить говорить «нет» (особенно когда речь идёт о телесном дискомфорте).

Интересоваться его мнением.

Проводить время вместе с ребёнком.

Одобрять его деятельность.

Обнимать ребёнка (но только если он этого хочет).

Вы также можете научить его основным *правилам сексуальной безопасности*:

Тело вашего ребёнка принадлежит только ему, он имеет право отказываться от объятий и других телесных взаимодействий, если не хочет их.

Пусть у ребёнка будет конкретный список взрослых, к которым он может обращаться с любыми вопросами и проблемами без страха, что его осудят.

Ребёнок не обязан беспрекословно слушаться взрослых, особенно если их просьбы вызывают неприязнь или причиняют вред. Обсудите с ребёнком, чтобы он всегда мог выразить своё недовольство происходящим и рассказать об этом взрослым, которым доверяет.

Правило купальника. То, что закрывает купальник, — это интимные части тела. Обучите ребёнка тому, как они называются, и поговорите с ним о том, что никто, кроме родителя и врача, не имеет права трогать эти места.

Родительское собрание

Проблемы и риски современных детей и подростков

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодняшняя встреча посвящена проблеме рисков, которым подвержены наши дети в современном мире.

Мы, как любящие и заботливые родители, конечно хотим, чтобы наши дети были эмоционально благополучны (уверенность в себе, чувство защищенности, положительный круг общения и т.д.). Во многом, благополучие детей зависит от нас, родителей, в семье мы как можем, оберегаем свои «чада», но... рано или поздно дети выходят в социум, где так же черпают информацию, которая не всегда совпадает с нашим мнением, нашими установками, взглядами и т.д., но, на основе которой в том числе у них формируются представления об окружающей действительности, воссоздается так называемая «картина мира», формируются навыки общения, какие-то штампы поведения. Возраст 10-12 лет считается ранним подростковым, ведущая деятельность в нем - эмоционально-личностное общение. Для наших детей важно самоутверждение в группе сверстников, вектор внимания направляется на ярких лидеров, порой считается поведение кумиров, мнение сверстников часто значимее мнения родителей и это тоже нормально для данного периода. Как говорится это нужно пережить вместе с ребенком, находясь в позиции «рядом». Наша задача-поддержка и защита ребенка. В данном возрасте дети очень доверчивы, их собственное мнение, жизненная

позиция только начинают формироваться, поэтому информация, которая поступает извне оказывает большое влияние на поведение, настроение, эмоциональное состояние наших детей. Круг общения реальный мы контролировать можем, но надо помнить о том, что большую часть времени дети общаются в интернете и порой за виртуальной информацией уследить нереально сложно.

В первую очередь, зона риска - это глобальная информационная сеть Интернет. Порой мы не задумываемся о том, что происходит по ту сторону монитора, какие сайты посещает ребенок, в каких группах он зарегистрирован, в какие онлайн-игры играет, не ведем хронометраж времени его нахождения в сети. Удобно то, что ребенок постоянно находится дома, в общем у нас, взрослых, создается полная иллюзия контроля.

Чем опасен интернет?

Самое распространенное явление, с которым может столкнуться не только ребенок, но и взрослый – кибербуллинг – преследование пользователя сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, сексуальные домогательства с помощью различных интернет-сервисов. К сожалению, кибербуллинг – очень распространенное явление среди российских подростков. Каждый пятый ребенок может признать, что подвергся буллингу онлайн или в реальной жизни. В последнее время особое место занимают кибермоббинг и киберсуицид. Кибермоббинг – это выкладывание в сеть фотографий и видео с унижениями и издевательствами над непопулярными сверстниками. Киберсуицид – это самоубийство, совершаемое в результате общения с использованием интернетресурсов. За последние годы был закрыт ряд сайтов на бесплатных хостингах и группах в социальных сетях, которые представляли собой "клубы самоубийц". Они создавались подростками и ориентированы были тоже на подростков. Такие "клубы", предлагают своим посетителям "тысячу способов уйти из жизни". В одной из таких групп пользователям присваивался порядковый номер, в соответствии с которым он должен был спрыгнуть с высотного здания.

В интернете дети часто компенсируют недостаток общения, порой доверяя и доверяясь незнакомым людям. Отсутствие критичности к предоставляемой информации может иметь необратимые последствия. Возможно столкнуться с таким явлением, как груминг – установление дружеских отношений с ребенком с целью сексуальной эксплуатации. Злоумышленник нередко общается с ребенком в интернете, выдавая себя за ровесника. Он знакомится в чате, на форуме или в социальной сети с жертвой, пытается установить с ним дружеские отношения и перейти на личную переписку. Общаясь лично, («в привате»), входит в доверие к ребенку, пытается узнать номер мобильного телефона и договориться о встрече.

Особенностью подросткового возраста является недифференцированная самооценка, чаще заниженная. Отсюда, повышенная критичность к своей внешности, непринятие себя, желание измениться и, конечно же, соответствовать «модным» тенденциям красоты. Запрос, как известно,

порождает интерес к определенной тематике. Так, у девочек 11-13 лет резко возрастает интерес к сайтам, на которых обсуждают различные диеты и способы похудения, ведется пропаганда анорексии, булимии.

Распространенное явление на просторах сети - голые селфи, секстинг (обмен сообщениями сексуального характера с помощью любого цифрового устройства). Желание чувствовать себя взрослыми при несформированной системе ценностей, тоже особенность возраста. И, чаще, эти самые ценности формирует интернет-контент, а доказательством принятия является количество лайков.

Каким образом можно обезопасить наших детей?

1. Необходимо знать круг общения вашего ребенка (виртуальный и реальный), следить за происходящими изменениями.
2. Проговорите с ребенком о правилах общения в интернете. Объясните, что личная информация, которую они выкладывают в интернет (домашний адрес, номер мобильного телефона, электронная почта, личные фото) может быть использовано против них. Научите правильно реагировать на кибербуллинг (агрессора необходимо игнорировать и покинуть сайт). Учите прогнозированию своих поступков и последствий.
3. Контроль интернет-контента. Используйте программы родительского контроля и контентной фильтрации, настройки безопасного поиска. Часто пакет функций родительского контроля уже есть в антивирусной программе.
4. Оценка времени, проводимого в сети. Помните о том, что запреты здесь не работают. Будьте готовы предложить альтернативу, наполнить жизнь ребенка реальными событиями. Проанализировав, чем интересуется ребенок в интернете, поддержите его интерес увлечениями вне Сети.

Ведущей деятельностью в подростковом возрасте является интимно-личностное общение, снижается авторитет родителей и взрослых, на первый план выступает мнение сверстников. Дети часто подражают неформальным лидерам, не боящимся продемонстрировать протест. Подростки легко поддаются влиянию извне и этим пользуются недоброжелатели, вовлекая детей в протестные движения (околофутбольщики, оффники-субкультура футбольных фанатов, которые устраивают беспорядки и драки; АУЕ*шники - это молодежная субкультура, пропагандирующая антисоциальный (преступный) образ жизни и навязывающая стереотипы и модели поведения, характерные для представителей криминального мира и т.д.). Ответственность за участие несовершеннолетних в несанкционированных митингах полностью лежит на родителях и законных представителях.

Каким образом мы разговариваем с подростками по данной проблематике?

1. Говорить о том, что это плохо – бесполезно. Необходимо донести детям информацию о том, что ими профессионально манипулируют, используют в корыстных целях (возможно использование формулировки: «ты – лох и на тебе зарабатывают деньги»). Быть лохом и позволять собой манипулировать – неприемлемо для подростка).

2. Информировать детей о том, что ведется съемка на квадрокоптеры участников несанкционированных митингов с последующими приводами в полицию. Информация фиксируется и в дальнейшем негативно повлияет на поступление в учебные заведения, трудоустройство. В ходе несанкционированных митингов силовиками возможно использование тяжелой техники, так же применение других различных средств (слезоточивый газ, излучение и т.д.), что может быть опасным для жизни.

В подростковом возрасте запретный плод особенно сладок. Подростки могут практиковать сниффинг – это форма токсикомании, при которой состояние токсического опьянения достигается в результате вдыхания паров химических соединений используемого в бытовых приборах газа, летучих веществ, которые имеют свободное обращение в гражданском обороте. Так же проявляется интерес к употреблению алкоголя.

Как предостеречь ребенка?

Говорим о последствиях употребления токсических веществ и алкоголя для здоровья (отмирание клеток головного мозга, резкое ухудшение состояния печени, проблемы с потенцией, высокий риск летального исхода как аллергическая реакция организма).

Еще одна зона риска для наших детей – склонность к суицидальному поведению. Об этом нельзя говорить с детьми, но невозможно не говорить с родителями. В последние годы количество завершенных суицидов увеличилось на 2,5%. О том, что проблема подросткового суицида актуальна для нашего региона, показывает статистика: примерно 5 завершенных суицидов в год.

В жизни каждого человека случаются стрессовые ситуации, воспринимаемые человеком как кризис – безответная любовь, смерть любимого человека, развод, травля, угроза физической расправы, одиночество и т.д., которые нарушают эмоциональное благополучие и могут служить триггером или «спусковым крючком» к суицидальному поведению.

Как вовремя предотвратить кризис, помочь пережить сложную ситуацию? Что вы можете заметить?

Резко ухудшается эмоциональное состояние: появляется чувство беспомощности, бессилия, безнадежности. Может выражаться в речи, неоднократных высказываниях («Я не могу контролировать себя». «Я иссякла». «Не верю в то, что смогу справиться и не вижу выхода». «Я очень устала»);

налицо переживание горя, признаки депрессии, тревоги;

подавленное настроение, чувство тоски («Я больше не могу радоваться не отчего, что приносило мне раньше счастье», «Вокруг меня вдруг стало все серым унылым, цвета погасли»);

чувство вины, мало значимости («Никто не любит», «Никому не нужен», «Я хуже других»);

повышенная слезливость, плаксивость;

возбуждение, агрессия, ненависть к себе либо окружающим.

Вы можете заметить такие проявления как: фиксация на переживаниях, событиях, приведших к кризисному состоянию; невозможность переключиться на позитивные события; негативные оценки своей личности, окружающего мира и будущего («Пряча все внутри я превратилась в злое создание». «Я устала». «Простите, что я родилась такой». «Я хочу опять стать ребенком, чтобы меня любили и гладили»); снижение познавательных функций («Я не могу запоминать, я не могу понять тексты, я часто отвлекаюсь на занятиях»).

Можете слышать высказывания на тему соматических жалоб: «Мне часто становится трудно дышать». «Болит сердце». «Помогите мне». «Я устала»; косвенные высказывания: «Скоро все закончится», «Ничего уже не важно», «Без меня всем будет лучше» и т.д. Возможны шутки, ироничные высказывания на тему смерти и суицида, похорон; так же прямые сообщения о суицидальных намерениях, сообщения о конкретном плане суицида («Возьму и повешусь»).

Изменяется поведение, оно становится несвойственным для данного ребенка.

Наблюдается резкое, тотальное снижение успеваемости, утрата интереса к учебе, сопровождающееся жалобами на отсутствие настроения, нежелание что-либо делать, отсутствие сил;

- ✓ потеря интереса к областям жизни, которые раньше радовали данного человека (отказ от занятий спортом, потеря хобби и т. д);
- ✓ изменение интересов: интерес к депрессивной музыке, кинофильмам, субкультурам, эксплуатирующим тему смерти, депрессии, суицида;
- ✓ изменение привычек (пренебрежение внешним видом, неряшливость и др.);
- ✓ проявление девиантного поведения (употребление ПАВ, курение, уходы из дома, склонность к рискованным поступкам, нарушения дисциплины, агрессивное, аутоагрессивное, самоповреждающее поведение - селфхарминг).

Особое беспокойство и особое внимание - к поисковым запросам в сети Интернет на тему смерти, суицида, способам совершения самоубийства. Так же ритуалам прощания (удаление своих аккаунтов, электронной почты, страниц в социальных сетях, удаление себя из списка друзей в Контакте, уход из групп в сети Интернет; рассылки прощальных записок, раздача вещей).

Если Вы заподозрили, что с настроением ребенка что-то не так, он в течение длительного времени находится в угнетенном состоянии (внимание: часто состояние депрессии у подростка может внешне быть замаскировано под то, что многие родители воспринимают как лень), немедленно обращайтесь за помощью к специалистам.

За очной консультацией можете обратиться к специалистам о «ОГБУ БРЦ ПМСС»

Если не удастся уговорить ребенка пойти на прием к психологу (психотерапевту, психиатру), для начала посетите специалиста без него. При состоянии депрессии психолог может порекомендовать консультацию психиатра, этого не стоит бояться. Депрессия - заболевание, которое необходимо лечить.

Так же всегда есть возможность обратиться за помощью в службу «Телефон доверия» - 8-800-2000-122. Звонок бесплатный, анонимный.

Возможно, Вы стесняетесь задать вопрос или еще не готовы к доверительному общению по телефону. Вам в помощь - сайт Детского телефона доверия <https://telefon-doveria.ru/>. На его страничках вы сможете найти ответы на многие волнующие вопросы. Открыв нужную вкладку, вы узнаете много интересной и полезной информации. Так же здесь есть возможность пообщаться с психологом в онлайн-чате.

Да, родителю вообще, а в особенности родителю подростка всегда нужно держать «руку на пульсе». Будьте внимательны к своим «взрослым» детям, дайте понять, что вы здесь, вместе с ними и готовы помочь.

Разговаривайте с вашими детьми, создайте «подушку безопасности», обозначив примерно так: «Я рядом, если что-то захочется обсудить», «Я рад любым разговорам с тобой».

Умейте слушать и слышать своего ребенка. Если он хочет вам что-то рассказать, всегда относитесь к этому серьезно. Фразы типа «мне не до твоей ерунды», «давай по делу», «мне бы твои трудности» сильно обесценивают переживания подростка. Даже если его проблемы вам кажутся наивными — они важны для него. Дайте понять, что они важны и для вас. Для этого задавайте больше открытых вопросов: «И как ты это воспринял? А что ты почувствовал в этот момент? Какие есть идеи по этому поводу? Что можно сделать в этой ситуации?»

Чаще задавайте себе вопросы: - сколько времени мы проводим вместе? есть ли у нас общие интересы, совместные дела, традиции? соблюдается ли в семье единый формат требований к ребенку (не должно быть коалиций, когда один поощряет, второй наказывает).

Делитесь своими чувствами. Вас тревожит поведение подростка, вы за него волнуетесь, так скажите ему об этом в форме я-высказывания, н.р: вместо фразы: «Ты мне назло приходишь поздно домой», можно сказать: «Когда ты возвращаешься поздно, заранее не предупредив, я чувствую тревогу, злюсь. Мне кажется, что с тобой случилось что-то ужасное. Я хочу, чтобы ты приходил домой вовремя, и, если задерживаешься, то предупреждал бы заранее. Я надеюсь, что ты учтешь мое пожелание».

Участникам предлагается переформулировать провоцирующие к агрессии высказывания в варианты в формате Я-высказывания, соответственно схеме:

описание ситуации - какие чувства она вызывает - предполагаемый исход
Варианты фраз для переформулирования:

Ты высказывание	Я-высказывание
Ты опять раскидал свои вещи!	Когда я вижу беспорядок, я огорчаюсь, убери пожалуйста!
Вечно ты сидишь за компьютером!	Меня беспокоит, что ты всё время в компьютере, пойдём прогуляемся
Никогда от тебя помощи не дождёшься!	Когда игнорируют мои просьбы о помощи, я чувствую себя пустым местом, помоги мне пожалуйста
Вечно ты пререкаешься!	Когда мне противоречат, я раздражаюсь, мне хотелось бы чтобы к моим словам относились более серьёзно
Зачем тебе телефон! Ты всё равно его не слышишь!	Я волнуюсь, когда ты не берёшь трубку, проверь телефон почаще
Что ты вырядилась, как не знаю кто...	Я в недоумении от твоего внешнего вида, на мой взгляд, тебе больше идет...
Ты меня никогда не слушаешь	Когда меня не слушают, мне неприятно, ведь я говорю достаточно важные вещи. Пожалуйста, будь внимательнее к моим словам
Ты все делаешь мне на зло	Когда с моим мнением не считаются – это обидно, мне важно, чтобы моё мнение учитывали

Важно помнить, что невозможно всегда находиться рядом с детьми и постоянно их контролировать. Доверительные отношения, открытый и доброжелательный диалог зачастую могут выступать более эффективными средствами для обеспечения безопасности вашего ребенка, чем постоянное отслеживание посещаемых сайтов и блокировка всевозможного контента.

10-11 классы

Родительское собрание

Из личного - в публичное: «секстинг» и «груминг».

В настоящее время смартфоны для детей и подростков — это ключевой инструмент социальной жизни даже дошкольники имеют свободный доступ к различным гаджетам, смотрят видео на YouTube, общаются с помощью мобильных мессенджеров (Viber, WhatsApp, Skype).

Онлайн-жизнь для современных детей служит естественным продолжением жизни в реальности, при этом онлайн-общение для многих становится более важным и значимым. В связи с этим, родителям важно знать, какую опасность может таить в себе общение в сети?

Ввиду того, что, интернет очень доступен, дети сегодня подвержены тому, что могут свободно получить сексуально откровенный контент, а в отдельных случаях даже проявлять собственную инициативу в его изготовлении и распространении. В 2009 году появился в обиходе новый термин - сэкстинг (англ. sexting), он обозначает пересылку сообщений сексуального характера с помощью любого цифрового устройства. Из личного — в публичное... 4 Распространенность секстинга среди несовершеннолетних является предметом обоснованных родительских тревог.

Целью распространения детского фото-видео контента, зачастую, является желание «подшутить», привлечь внимание и досадить кому-либо.

Фотографии, которые попадают в сеть в ней и остаются, и могут быть очень быстро распространены. Ребенок может полагать, что он будет оставаться неизвестным, а затем обнаруживает, что его фото распространились с его именем. Иногда это может иметь серьезные последствия. Одни случаи способны закончиться серьезным наказанием, другие – трагедией.

К сожалению, сами дети, порой, не видят ничего плохого в размещении своих откровенных фотографий. Мальчики желают получить максимальное признание среди друзей, а девочки — среди мальчиков. Поэтому чаще всего это именно мальчики оказывают давление на девочек, уговаривая их прислать свои откровенные фото, с целью дальнейшего предъявления ребятам своего окружения, как доказательство собственной «крутости». В ином случае, ребята под разным предлогом просят присылать откровенные фотографии, а в дальнейшем могут использовать это как инструмент буллинга («буллинг» это один из видов насилия, предполагающий агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого или целой группы, «кибербуллинг» - это травля с помощью современных интернет-технологий).

Фотографии и видео, отправленные в частном порядке, имеют риск стать доступными и другим людям, даже если используются приложения, которые обещают конфиденциальность и гарантируют, что изображения будут удалены через некоторое время.

Как только картинки отправляются, они оставляют так называемый цифровой след, особенно в Интернете. Их невозможно вернуть. Удаление сообщения не является гарантией того, что оно уже не получено, скопировано и отправлено другим пользователям.

Секстинг в некоторых странах считается детской порнографией, то есть уголовным преступлением. Наказать могут как подростка, который отправляет или получает эротические сообщения, так и родителей, позволяющих и допускающих это. Самая негативная сторона секстинга кроется в том, что подростки, сами того не осознавая, могут спровоцировать педофилов на преступные действия. Кроме того, согласно некоторым исследованиям, к секстингу можно пристраститься как к наркотику.

Что такое груминг? Также нужно отметить и еще одну существующую угрозу – груминг. Это формирование доверительных отношений с ребенком с целью его сексуальной эксплуатации/сексуального насилия. Онлайн-груминг преследует цель - получить интимные фото/видео ребенка для последующего шантажа и вымогательства у него денег или более интимных материалов, встреч.

К сожалению, такие преступления не имеют границ – преступник и жертва могут находиться на разных континентах, часто работают целые группировки. Зачастую знакомятся с ребенком в социальных сетях или в чатах онлайн игр. Могут делать рассылку писем или приглашений к дружбе сотням детей и ждут, кто ответит или же выбирают целенаправленно жертву – ребенка по постам и профилю, которого ясно, что он одинок и ему не хватает внимания и заботы или у ребенка на странице в соцсетях находят откровенные

тексты/фото сексуального характера. Предполагаемый преступник (для ребенка друг, знакомый-собеседник) регистрируется в сети, где зарегистрирована потенциальная жертва под видом подростка, при этом указывая интересы, хобби и увлечения близкие тому, с кем желает установить контакт. В дальнейшем старается выйти на связь, установить личный контакт, заинтересовать и расположить к себе. Коммуникация может продолжаться от одного вечера до нескольких недель, прежде чем будет получено первое фото. Важно, чтобы любой ребенок, пользующийся Интернетом, знал о секстинге/грумминге, но родители часто переживают и не знают, как говорить об этом, не знают как просветить и защитить его.

Фото-видео контент, полученный от ребенка, эти люди продают на сайтах детской порнографии, а в дальнейшем в качестве дополнительного заработка вымогают деньги у детей, шантажируя тем, что эти фото попадут на просторы интернета, либо напрямую его друзьям, родителям и одноклассникам. Однако есть и люди, которые требуют эти фото для личного удовлетворения и также могут обещать, в том числе, и денежное вознаграждение за это.

Важно говорить об этом с детьми, нужно учить их грамотному и безопасному поведению в сети!

Родителю абсолютно необходимо в доверительной беседе, на языке, соответствующем возрасту ребенка, рассказать об опасных незнакомцах в интернет-пространстве, о рисках общения с неизвестными людьми. Убедить, что не стоит общаться с незнакомцами онлайн и соглашаться на приватный чат. Если кто-то отправляет им сообщение или пытается выйти в чат, они обязательно должны поставить вас в известность, также как, если бы чужой человек подошел к ним на улице, в магазине или в парке. Потому важно строить доверительные отношения со своим ребенком, чтобы он знал, что всегда может поделиться и признаться вам, и вы вместе найдете решение и справитесь с возникшей ситуацией. Дети должны быть образованы. Остерегайтесь онлайнигр, где они могут играть с незнакомцами! Старайтесь проявлять интерес и понимание игрового пространства, тогда больше вероятности, что вы будете информированы о тех, с кем и во что играет ваш ребенок.

Поговорите об информации, которую он «выдает» о себе людям, общаясь в Интернете. Объясните ребенку, что не нужно называть свое полное имя, домашний адрес, электронную почту, номер телефона или номер школы людям, которых не знает в реальной жизни. Убедись, что никнейм ваших детей не намекает на то, как их зовут на самом деле. Объясните, что все, что они выкладывают онлайн — имя пользователя, фотографии или комментарии, — это подсказки, которые воссоздают их образ, поэтому люди могут их узнать. Если бы к вашему ребенку на игровой площадке подошел незнакомец и спросил его имя или адрес, ваш сын или дочь скорее всего бы не выдали эту информацию, а в виртуальном мире такое случается довольно часто.

Крайне важно разговаривать со своим ребенком и всегда быть начеку. Просите показать вам сайты, на которые заходит, когда пользуется Интернетом. Объясните, что когда он находится онлайн, ему нужно действовать, как детективу и думать. Откуда он знает, что человек действительно того возраста, который назвал? Что он знает об этом человеке? Видел ли он когда-либо его фотографию? Уверен ли, что эта фотография настоящая? Объясните ребенку, что виртуальное пространство совсем не похоже на реальный мир и нельзя принимать все за чистую монету. В обычной жизни мы знаем, как выглядят учитель, врач или полицейский. Мы видим, где они работают и какую форму носят.

Большинство детей интуитивно знают, что не стоит отправлять кому-либо непристойные фотографии, но потом они начинают общаться в чате с другим ребенком и принимают такую просьбу за близость, вызов или игру. Они действуют, не думая о последствиях.

Что должно насторожить или как понять, что ваш ребенок подвержен грумингу?

- Ваш ребенок кажется встревоженным, плаксивым, угрюмым. У него случаются сильные перепады настроения;
- Он злится или ведет себя слишком возбужденно;
- Он отказывается ходить в школу;
- Что-то изменилось в его дружеских отношениях, он больше не упоминает каких-то друзей;
- Изменилось то, как он ест и спит;
- Он скрывает, чем занимается в сети, больше чем обычно. Он не пользуется телефоном или компьютером, когда в комнате есть другие люди;
- Он проводит больше времени онлайн.

Как защитить ребенка в социальных сетях?

- Приучите его сразу сообщать вам, если его что-то смущает. Активно приучайте его к открытости и проговариванию.

- Используйте настройки безопасности. Они не спасут от всего на свете, но они помогают. Изучите, как работают настройки безопасности в социальной сети, которой пользуется ваш ребенок, и научите его, как делать записи и публикации приватными или открытыми. Закройте его аккаунты в Instagram и на Facebook, чтобы фотографии и посты могли видеть только люди, которых он добавляет в друзья. Регулярно проверяйте настройки безопасности.

- Когда ребенок подрастет, научите его блокировать непонятных и неприятных пользователей и «жаловаться» на них.

- Если у ребенка есть аккаунт в социальных сетях, у родителей должен быть к нему доступ, чтобы корректно следить за публикациями и комментариями. Хорошо бы быть подписанным на его страничку, чтобы следить за тем, что попадает в сеть.

- Проведите беседу с ребенком, прежде чем он попадет в социальные сети, и предложите ему свои правила, которые вам будут удобны. Некоторые родители настаивают на том, чтобы ребенок показывал им пост до публикации или заходил в социальные 12 сети только с их телефона, чтобы они могли внимательно отслеживать любую его активность.

- Поговорите с ребенком о безопасности в сети. Маленькие дети не должны называть свое полное имя, номер школы, домашний или электронный адрес людям, которых они не знают.

- Дети должны давать доступ к своим страничкам в социальных сетях исключительно тем людям, которых они знают в реальной жизни.

- Приучите своих детей задумываться, прежде чем что-то публиковать. Попросите их представить, смогли бы они сказать это человеку в лицо. Если нет, они не должны говорить это и в виртуальном мире.

- Пусть они сообщают вам о своем положительном и негативном опыте общения в сети. Если они увидели или прочитали что-то неприятное, они должны сразу обратиться к вам, не боясь и не стесняясь.

- Вдумчиво и корректно контролируйте, чем занимается ваш ребенок в сети. Установите ограничения на их гаджетах, чтобы они не могли добраться до неподходящего контента. Откровенный разговор с ребенком об интимной переписке в соцсетях – дело непростое, но нужное. Отключить ребенка от «всемирного разума» вы уже не сможете, а вот привить правила безопасного и разумного поведения можете и должны!

Алгоритм для родителя «Первая помощь ребенку в случае встречи с секстингом/груммингом»:

1. Взять под контроль свои собственные эмоции. Осознать, что ситуация требует Вашего вмешательства и помощи.

2. Помочь ребенку рассказать о случившемся, не допуская оценок, осуждений и обвинений, обеспечив активное слушание, принятие его эмоционального состояния.
3. Объяснить без запугивания, что есть разные люди, в том числе и очень плохие, которые обманывают детей и могут быть опасными. Отвечая на вопросы, важно давать повторные объяснения ситуации и понятную (с учетом возраста) информацию.

4. Объяснить ребенку, что он не является причиной произошедшей ситуации, выразить готовность и уверенность защитить его от злоумышленников и научить способам безопасного поведения в сети, не допуская подобных рисков вновь.

5. Убедить в возможности технических мер по изменению ситуации и произвести их (удаление контента, блокировка).

6. Быть вместе с ребенком, составить план защиты, действий на ближайшие часы, дни. Следовать плану и договоренностям.

7. Обратиться за консультацией в службу безопасности, при необходимости.

8. Обратиться за психологической помощью, при необходимости.

Информационные материалы для профилактических мероприятий с педагогами

Профилактические мероприятия с педагогическими работниками образовательной организации могут быть построены на информировании о признаках сексуального насилия у несовершеннолетних, которые они могут наблюдать, а также на ознакомлении с алгоритмом действий в случае выявления или подозрении на совершенное преступление в отношении половой неприкосновенности несовершеннолетних. Данные материалы представлены в Методических рекомендациях на страницах 91 и 108.

Признаки сексуального насилия у детей

(памятка для педагогов и специалистов образовательной организации)

Сексуальное насилие зачастую сочетается с физическим и психическим насилием, угрозами для жизни и поэтому оказывает психотравмирующее действие и приводит к возникновению у потерпевших острых реакций на стресс, посттравматического стрессового расстройства. Особенно тяжело СН переживают дети, и они развиваются дальше с определенными личностными, эмоциональными и поведенческими особенностями, отрицательно влияющими на их дальнейшую жизнь. СН очень сложно распознать, нет характерных черт. Необходимо учитывать, что признаки СН могут встречаться при других состояниях или психических расстройствах. Поэтому при оценке каждого конкретного случая следует рассматривать весь комплекс симптомов, психологических особенностей, социальных условий и обстоятельств, связанных с насилием над ребенком.

- ребенок обнаруживает странные, несвойственные возрасту сексуальные познания или действия, что проявляется в их поведении, в играх с другими детьми или с игрушками.
- даже маленькие, не достигшие школьного возраста дети, пострадавшие от сексуального насилия, впоследствии сами могут стать инициаторами развратных действий и втягивать в них большое число участников
- ребенок может жаловаться на зуд, воспаление, боль в области гениталий;
- повторяющиеся физические недомогания без видимых оснований: частые боли в животе, постоянная боль в горле, рвота, отказ от пищи или постоянное жевание чего-нибудь, избегание зеркал, повышенная чувствительность к прикосновениям
- беременность, заболевания, передающимися половым путем;
- ребенок скрывает свой секрет (сексуальные отношения со взрослыми или со сверстником) из-за беспомощности и привыкания, а также угрозы со стороны обидчика. Секретные, особые отношения между ребенком и каким-либо взрослым; необоснованные подарки, получаемые ребенком от взрослого.
- стертые личностные границы «Я – это не Я», «Я другая – грязная, испорченная, плохая», «Я- это не мое тело»
- уменьшение степени доверия к другим людям,

- посттравматические реакции: страхи (боязнь конкретного человека или группы людей, боязнь возвращаться домой или, наоборот, оставаться дома в одиночестве, страх перед воображаемыми объектами, ночные кошмары, тревога, депрессия, потеря, чувствительности, судороги, неспособность к заботе (эмпатии), бессонница, пугливость,

- низкий уровень самооценки, неуверенность, ощущение малоценности, которая способствует сохранению и закреплению психологических нарушений, связанных с насилием. Личность с низкой самооценкой переживает чувство вины, стыда, для нее характерны постоянная убежденность в собственной неполноценности, в том, что "ты хуже всех", вследствие этого ребенку трудно добиться уважения окружающих, успеха, общение его со сверстниками затруднено, возникает отказ от общения и изоляция

- высокая значимость теплых эмоциональных связей, искренних взаимоотношений,

- тихая речь, нарушения речи, трудности концентрации внимания,

- чувства вины, самообвинения, «Если бы ты вел себя хорошо, этого бы не случилось», «Мама предупреждала, значит я сама виновата»

- трудности в самостоятельном принятии решений, пассивная позиция

- расстройства эмоциональной регуляции, включая депрессию, ярость, частая смена настроений и другие, а также снижение способности оценивать степень риска, приводящее к саморазрушительному поведению, (злоупотребление алкоголем, токсическими препаратами), неразборчивость в знакомствах, беспорядочные половые связи, самоповреждения, попытки самоубийства (могут выражаться не прямо, а в подверженности несчастным случаям), прогулы в школе, побеги из дома.

- выраженные изменения в поведении, затрудняющие общение (агрессивное, упрямое, деструктивное), а также, наоборот, пассивное, подчинительное, чрезмерно уступчивое, угодливое.

- возвращение к детской инфантильности (энурез, сосание пальца, безосновательный плач, вспышки необоснованного раздражения) или, наоборот, псевдовзрослое поведение.

- важным показателем служат попытки ребенка рассказать о сексуальном насилии в завуалированной форме (рисунки, реалистические сказки, намеки – «Я знаю одну девочку, она...»).

- ношение закрытой или сексуализированной одежды.

- В сфере мышления: заторможенность, проблемы с памятью, замещение реальности фантазиями,- желание сменить имя,- обращение к себе в третьем лице,- создание воображаемого друга.

Информационные материалы для профилактических мероприятий с обучающимися

Классный час на тему защиты половой неприкосновенности для обучающихся 1-4 классов «ГРАНИЦЫ МОЕГО ТЕЛА¹»

Цель: формирование у детей представлений о границах собственного тела, выявление обучающихся, нуждающихся в дополнительной психолого-педагогической поддержки.

Целевая аудитория: обучающиеся 1-4 классов.

Количество участников: до 25 человек.

Продолжительность занятия: до 40 минут.

Место проведения занятия: просторное помещение, в котором можно свободно передвигаться.

Занятие можно провести отдельно для мальчиков и отдельно для девочек.

Ход занятия

1. Вступление-разминка

Пространственная социометрия «голосуем ногами». Ученикам предлагается разойтись в разные стороны (психолог или учитель показывает - в какие, направо или налево) согласно ответу по каждому из следующих вопросов:

Учитель: Сегодня наш классный час мы начнем с игры. Давайте всем встанем. Я буду вам задавать вопросы, а вы, в зависимости от вашего ответа, встаете справа или слева от меня. Итак, справа – да, а слева – нет»

Кто из вас ходил в детский сад / а кто не ходил?

Отдыхал в летнем лагере - нет

Есть ли у вас братья, сестры – нет

Ты один живешь в своей комнате – не один

Бывает, что тебя обижают – никогда не обижают

Можешь рассказать о своей обиде взрослому - нет.

Вопрос: Если тебя обидели, и ты переживаешь, кому можно рассказать об обиде? : всем - учителю - родителям - другу - никому. *После каждого пункта, требующего обоснования, т.е. начиная с третьего пункта, каждая сторона обосновывает свою позицию.*

Подводя итоги, учитель говорит «Теперь мы знаем друг о друге чуть больше. Важно, чтобы те ребята, которых иногда обижают, могли набраться смелости рассказать об этом человеку, которому доверяешь - маме, членам семьи, старшей сестре/брату, учителю, другу.

¹ Штейнберг Э.И. Границы тела. Профилактическое занятие по теме половой неприкосновенности / Современная профилактическая помощь. Профилактические занятия социально-профилактического сопровождения обучающихся 1-8 классов. Саратов. 2015 г.

2. Интерактивная беседа

Сейчас вы много времени проводите в школе. А когда люди много времени проводят вместе, то всегда нужны правила. Вы знаете, что есть правила поведения в школе, в классе (какие?) Мы сегодня поговорим о правилах для нашего тела.

- ✓ У каждого человека есть разные части тела. Есть части тела, которые видят все, и есть части тела, которые закрыты одеждой.
- ✓ Какие части тела в любое время года у нас открыты? (Лицо и руки.) А тело (торс) чаще всего закрыто одеждой, хотя в жару мы практически все снимаем, оставаясь в трусиках и в купальниках.
- ✓ До каких частей тела можно дотрагиваться всем? (Ответы.) Это руки (конечно, если мы знакомы). *{Можно предложить ребятам обмениваться рукопожатиями.}*
- ✓ А можно дотронуться до головы, до волос, похлопать по плечу? *(Стимулировать детей высказывать свое мнение.)* (Можно, если вы друзья, если другой ребенок не говорит, что ему(ей) это неприятно.)
- ✓ Как вы думаете, можно ли дотрагиваться до носа, до уха, до рта, потрепать за щеку другого человека? Мы же их не закрываем. *(Дать понять, что до частей лица могут дотрагиваться только очень близкие люди.)*
- ✓ Но есть части тела тайные, которые никому не показывают. Они всегда закрыты одеждой. До этих частей нашего тела (они еще называются интимными) не должен дотрагиваться никто, даже мама и папа. Исключение - если что-то из этих органов болит. Тогда может дотронуться врач, мама.

Это - очень важный закон неприкосновенности. И кто его нарушает – тот преступник.

3. Давайте запомним главные правила:

1. Тайные части тела никому нельзя показывать *(кроме оговоренного случая)*
2. До интимных мест никому нельзя позволять дотрагиваться.
3. Если кто-то просит вас дотронуться до тайных мест, надо сказать твердое НЕТ.
4. Если сказать НЕТ не получается, (страшно сказать или к вам не прислушались), обязательно надо рассказать об этом близкому взрослому человеку.

Давайте подберем слова, которыми вы можете рассказать об этом взрослому.

(Важно договориться, какими словами ребенок может об этом рассказать взрослым. Возможно, ввести слово «пристает».)

4. Границы тела очень напоминают границы страны.

Таким образом, сегодня вы узнали, что наше тело имеет свои границы, которые никому нельзя нарушать. *(Аналогия с пограничником, который защищает границы страны, так и каждый должен охранять свои границы.)*

Можно уточнить:

границы тела - это наша кожа. Как называется человек, который охраняет границы страны?

(пограничник).

Как пограничник охраняет границы страны, так и каждый человек должен охранять свои границы. Граница нашего тела - это наша кожа. Одежда, одетая на человеке - это «вторая кожа», входит тоже в нашу границу. Поэтому другим людям пачкать, портить нашу одежду тоже нельзя.

- А можно ли назвать ябедой человека, который защищает свои границы, рассказывает взрослым о тех, кто их нарушает?

- Давайте, разберемся кто такой ябеда? –

(Ябеда - это человек, который говорит о поведении другого, когда это его не касается, и это поведение никому не угрожает. Например, « А Маша ест булку». «А Вова не пишет...», и т.д.)

- А если человек говорит взрослому, что кому то угрожает опасность, например, « Мария Ивановна, там бьют Мишу» то это будет ябеда? (Конечно, нет!)

То же самое, когда человек защищает себя, когда нарушают его границы.

Человек, который, защищает границы своего тела, не позволяет себя обижать, относится к себе с уважением – про такого человека, говорят, что он имеет **чувство собственного достоинства**.

Если человек пограничник своего тела, то важно знать, что есть еще у человека и «приграничная» зона- это его личное пространство.

Упражнение - демонстрация «Замер личного пространства»

Вызывается 2 участника.

Предлагают им встать на большом расстоянии друг от друга. Один стоит на месте, а другой приближается. Задача первого сказать стоп, когда ему покажется расстояние достаточным, комфортным для общения (можно поэкспериментировать с несколькими парами, можно усилить впечатление, поставив детей «нос к носу» и дать задание :разговаривайте. Обратить внимание на дискомфорт)

Ребят можно разделить на два ряда и повторить упражнение со всем классом.

Резюме: личное пространство у всех разное. Обычно комфортно человеку, когда его собеседник не ближе, чем полметра (учитель показывает)

Запомните еще одно важное правило:

Учет личного пространства другого человека - это уважение к другому и правило поведения воспитанного человека.

6. Завершение занятия. Повторение правил неприкосновенности.

Классный час «Полезные советы»

Классный час можно провести в формате обсуждения, дискуссии.

Чего нельзя делать категорически:

- если тебя пытаются уговорить, отвечай, что тебе надо пойти домой и предупредить родителей, рассказать им, куда и с кем отправляешься;
- всегда отказывайся, если незнакомец предлагает тебе что-то посмотреть или помочь донести;
- если тебе предлагают сниматься в кино или участвовать в конкурсе красоты, не соглашайся сразу, а спроси, когда и куда можно подойти вместе с родителями;
- если у тебя возникают какие-либо проблемы, поговори о них с родителями или другими взрослыми, кому ты сам доверяешь.
- подходя к дому, обрати внимание, не идёт ли кто-либо следом;
- если кто-то идёт - не подходи к подъезду. Погуляй на улице 15-20 минут, и, если незнакомец продолжает идти следом, расскажи о нём любому повстречавшемуся взрослому, идущему навстречу;
- если в доме есть домофон, перед входом в подъезд вызови свою квартиру и попроси родителей встретить, можно также воспользоваться телефоном;
- если незнакомец уже находится в подъезде, сразу же выйди на улицу и дождись, когда в подъезд войдет кто-то из взрослых жильцов дома;
- не выходи на лестницу в позднее время. Мусор лучше выносить утром;
- при внезапном нападении оцени ситуацию и по возможности убегай или защищайся любым способом.

Чтобы избежать опасности в лифте:

- входи в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за тобой зайдёт в кабину;
- если в вызванном лифте уже находится незнакомец, не входи в кабину;
- не входи с незнакомым человеком в лифт;
- если незнакомец всё-таки зашёл в лифт, не стой к нему спиной и наблюдай за его действиями;
- постоянно нажимай кнопку ближайшего этажа;
- если двери лифта открылись, выскочи на площадку, позови жильцов дома на помощь;
- оказавшись в безопасности, немедленно позвони в полицию, сообщи, что произошло, точный адрес, а также приметы и направление, куда ушёл нападавший;

А если всё-таки вырваться не удалось, надо действовать по обстоятельствам:

- если насильник зажимает тебе рот и снимает одежду, не угрожай, не плачь, сохраняй спокойствие, разговаривай с насильником.

- если можешь - защищайся любыми способами, если представилась возможность бежать, не собирай вещи, убегай, в чём есть.

Правила поведения в автомобиле.

Машина - это не только средство передвижения, она также может стать орудием преступника. И взрослым и детям надо чётко знать, что садиться в чужую машину нельзя, даже если за рулём или в салоне сидит женщина.

Чтобы не стать жертвой, оказавшись в чужом автомобиле надо выполнять:

- если добираться на попутной машине, попроси сопровождающих записать номер машины, марку, фамилию водителя и сообщи об этом родителям;

- если водитель начал проявлять сексуальный интерес, попроси остановиться.

Если это требование не выполнено и машина не остановлена, то открой дверь или постарайся разбить окно, то есть сделай всё, чтобы привлечь к машине внимание других водителей. Если перекресток патрулируется, постарайся обратить внимание сотрудника милиции;

- не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, а если он настаивает, попроси проехать чуть дальше и выйди из машины;

- не садись в машину, если в ней уже сидят пассажиры;

- идя вдоль дороги, выбирай маршрут так, чтобы идти навстречу транспорту.

Если к ребенку пристаёт незнакомец или даже знакомый человек:

- не жди, когда тебя схватят;

- если можешь, брось что-нибудь в лицо нападающему (например, портфель, мешок с обувью или просто горсть мелочи), чтобы на некоторое время привести его в замешательство и отвлечь;

- убегай в сторону, где много людей;

- если тебе зажимают рот рукой, укуси за руку;

- используй любые подсобные средства: ручку, расчёску или ключи (вонзи в лицо, в ногу или руку нападающего); любой аэрозоль (направь струю в глаза); каблук (сильно топни каблуком по ноге нападающего);

- дерись изо всех сил, не размахивай беспорядочно руками. Надо причинить нападающему максимальную боль;

- как только он ослабит хватку - убегай.

Полезные ресурсы

Информационные и психологические службы помощи

- 8-800-25-000-15 Линия помощи Дети Онлайн
<http://detionline.com/helpline/about>
- Общероссийский номер телефона доверия родителям и подросткам 8-800-2000-122
- Онлайн-службы: <https://www.твоятерритория.онлайн/> с 15.00 до 22.00
- <https://pomoschryadom.ru/> с 11.00 до 23.00
- <https://www.мырядом.онлайн/> с 9.00 до 21.00
- Роскомнадзор / Сообщить о сомнительном ресурсе можно через специальную форму <http://eais.rkn.gov.ru>
- Телефонная линия «Ребенок в опасности» Следственного управления Следственного комитета Российской Федерации по Белгородской области (круглосуточно) короткий номер (123) или номер 8 (4722) 739-171
- ОГБУ «Белгородский региональный центр психолого-медико-социального сопровождения», телефон записи к специалистам (с 8.00 до 20.00) +7(4722) 20-53-89
- Реестр организаций, оказывающих медицинскую и психологическую помощь при кризисных ЧС на территории Белгородской области
http://psy-centre-31.ru/images/docs/proekt/1Reestr_org_CHS.PDF

Реестр профилактических психолого-педагогических программ и тренинговых занятий для обучающихся

Предлагаемые программы направлены на формирование и развитие навыков асертивного поведения, профилактики виктимного и рискованного поведения, навыков психологически безопасного поведения, умения противостоять психотравмирующим факторам, умения предвидеть опасности и действовать в сложной обстановке, сознательно и ответственно подходить к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

Профилактическая программа «Школа безопасности подростка»
https://vk.com/doc207496350_560681156?hash=8e1fe75a6c1c6ccbc4&dl=1245c0e9906c1a6376,
https://vk.com/doc207496350_560681175?hash=44d0352f46d0dc8cbd&dl=44f791faa11f9ecdb0 https://psyjournals.ru/files/31935/vestnik_psyobr_2010_1_Aleksandrov.pdf

Программы, имеющие гриф общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»

1. «Волшебство каждого дня» (автор Сакулина М.Ф.)
https://www.rospsy.ru/sites/default/files/KP_files/%D0%A1%D0%B0%D0%BA%D1%83%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B0%20%D0%9C%D0%B0%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0%20%D0%A4%D0%B5%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B0.pdf
2. «Мир вокруг меня» (авторский коллектив: Попова Т.Н., Лилейкина О.В.)
https://www.rospsy.ru/sites/default/files/KP_files/%D0%9F%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D0%9B%D0%B8%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%BA%D0%B8%D0%BD%D0%B0.pdf
3. Комплексная программа профилактики девиантного поведения в студенческой среде «Ладонь в ладони» (авторский коллектив: Боршова Е.А., Игумнова С.А.)
https://www.rospsy.ru/sites/default/files/KP_files/%D0%91%D0%BE%D1%80%D1%88%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D0%98%D0%B3%D1%83%D0%BC%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0_0.pdf
4. Программа по профилактике насилия в отношении детей и подростков "Песчинка. А если мы поговорим об этом?" (Козель Е.В., Потоцкий Д.О.)
https://rospsy.ru/sites/default/files/KP_files/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0.%20%D0%9A%D0%BE%D0%B7%D0%B5%D0%BB%D1%8C%20%D0%95.%D0%92.%20%D0%9F%D0%BE%D1%82%D0%BE%D1%86%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D0%94.%D0%9E..pdf

5. Программа лекционно-практических занятий «Она», направленной на формирование ролевой идентичности у девочек подросткового возраста
https://roscopy.ru/sites/default/files/KP_files/%D0%9A%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85%20%D0%A0%D0%B5%D0%B3%D0%B8%D0%BD%D0%B0%20%D0%93%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D1%8C%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%B0.pdf
6. Одинцова М.А., Чернобровкина Н.Ю. Научиться жизнестойкости (психокоррекционно-развивающая программа преодоления виктимности для юношей и девушек
https://psyjournals.ru/files/93392/vestnik_psyobr_2017_n4_Odintsova_Chernobrovkina.pdf
7. Игнатова О.В., Косов А.В. Психолого-педагогическая коррекционно-развивающая программа для старшеклассников
https://psyjournals.ru/files/94283/vestnik_psyobr_2015_n1_Ignatov_Kosov.pdf

Деятельность специалистов образовательной организации на этапе вторичной профилактики

Внешняя диагностика и признаки сексуального насилия у несовершеннолетних

В качестве маркеров и индикаторов могут выступать следующие особенности во внешности и поведении ребенка, которые могут свидетельствовать о сексуальном насилии по отношению к нему.

1. Физические признаки

Оральные симптомы: экзема; дерматит; герпес на лице, губах, в ротовой полости; инфекции горла; кроме этого, отказ от еды (анорексия), переедание (булимия).

Физическими симптомами сексуального насилия над ребенком являются:

- ребенку, очевидно, больно сидеть или ходить;
- порванное, запачканное или окровавленное нижнее белье, одежда;
- синяки и / или кровотечение в области половых органов или анального отверстия;
- жалобы на боль и зуд в области гениталий;
- повреждение мягких тканей груди, ягодиц, ног, нижней части живота, бедер;
- инородные тела во влагалище, анальном отверстии или мочеиспускательном канале;
- повторяющиеся воспаления мочеиспускательных путей;
- недержание мочи;
- болезни, передающиеся половым путем;
- беременность.

Однако, важно отметить, что некоторые виды сексуального насилия (сексуальные ласки, оральный секс, мастурбация, изготовление порнографических снимков) не оставляют «медицинских» следов.

2. Изменения в выражении сексуальности ребенка

- странные, необычные или не соответствующие возрасту знания ребенка о сексе;
- чрезвычайный интерес ребенка к играм сексуального содержания;
- сексуальные действия с другими детьми, имитация полового акта с характерными стонами и движениями;
- соблазняющее, особо завлекающее поведение по отношению к сверстникам и взрослым;
- необычная сексуальная активность (сексуальное использование младших детей; мастурбация, трение о тело взрослого и др.).

3. Изменения в эмоциональном состоянии и общении

- трудности в общении с ровесниками, избегание общения, отсутствие друзей своего возраста или отказ от общения с прежними друзьями;

- внезапная замкнутость, подавленность, изоляция, уход в себя;
- частая задумчивость, отстраненность;
- постоянная депрессивность, грустное настроение;
- нежелание принимать участие в подвижных играх;
- непристойные выражения, не свойственные ребенку ранее;
- чрезмерная склонность к скандалам и истерикам;
- терроризирование младших детей и сверстников;
- чрезмерная податливость, навязчивая зависимость;
- возврат к детскому, инфантильному поведению, либо, наоборот, слишком «взрослое» поведение;
- отчуждение от братьев и сестер;
- жестокость по отношению к игрушкам (у младших детей);
- амбивалентные чувства к взрослым (начиная с младшего школьного возраста);
- рассказы в третьем лице: «Я знаю одну девочку...»;
- утрата туалетных навыков (чаще всего это касается малышей), у подростков – равнодушие к своей внешности, плохой уход за собой, либо, напротив, навязчивое мытье (желание «отмыться»).

4. Изменения личности и мотивации ребенка, социальные признаки

- прогулы занятий в учреждении образования;
- внезапное изменение успеваемости (гораздо лучше или гораздо хуже) или внезапная потеря интереса к любимым занятиям;
- неожиданные, резкие перемены в отношении к конкретному человеку или месту («я ненавижу дядю Петю», «я не могу ездить в лифте», «я больше не пойду на футбол»);
- принятие на себя родительской роли в семье (по приготовлению еды, стирке, мытью, уходу за младшими и их воспитанию);
- неспособность защитить себя, непротивление насилию и издевательствам над собой, смирение;
- отрицание традиций своей семьи вследствие несформированности социальных ролей и своей роли в ней вплоть до ухода из дома (характерно для подростков).

5. Изменения самосознания ребенка

- снижение самооценки;
- отвращение, стыд, вина, недоверие, чувство собственной испорченности;
- саморазрушающее поведение – употребление алкоголя, наркотиков, проституция, побег из дома, пропуски учебных занятий, чрезмерно частая подверженность разнообразным несчастным случаям;
- мысли, разговоры о самоубийстве, суицидальные попытки.

6. Появление невротических и психосоматических симптомов

- беспокойность при нахождении рядом с определенным человеком;
- боязнь оставаться в помещении наедине с определенным человеком/либо иными лицами;

- сопротивление прикосновениям, нежелание чтобы ребенка целовали, обнимали или до него дотрагивался определенный человек;
- боязнь раздеваться (например, может категорически отказаться от учебных занятий физической культурой или снять нижнее белье во время медицинского осмотра);
- головная боль, боли в области желудка и сердца;
- навязчивые страхи;
- расстройства сна (страх ложиться спать, бессонница, ночные кошмары).

Для формирования подозрения о сексуальном насилии в отношении несовершеннолетнего перечисленные признаки должны рассматриваться в комплексе и сопоставляться.

Изучение психологического состояния несовершеннолетних, пострадавших от преступлений против половой неприкосновенности

Важнейшим постулатом при организации психодиагностического обследования ребёнка при подозрении о совершённом в отношении него сексуальном насилии является утверждение, что *результаты психологической диагностики являются лишь дополнительным источником сведений и не могут применяться в качестве абсолютно достоверного и единственного инструмента при выявлении фактов сексуального насилия в отношении несовершеннолетнего.*

Однако, в последнее время в психологической практике был накоплен опыт применения психодиагностических методик, которые дают информацию о проявлениях психологического неблагополучия несовершеннолетнего, в том числе и о совершённом в отношении него сексуальном насилии.

С целью оценки потенциальных проблем, являющихся прямым следствием насилия, и трудностей, возникших в прошлом или сопутствующих ситуации ребенка предлагается использовать следующие методики:

1. «Шкала оценки влияния травматического события» (Д. Вейс).
2. «Комплексная оценка психологического состояния» (И.П. Брызгунов, Т.Я. Сафонова, А.Н. Михайлов).
3. Тест «Придумай историю» (Р. Сильвер).
4. Проективная методика «Человек под дождем» (Е. Романова, Т. Сытько).
5. Проективная методика «Рисунок человека» (К. Маховер, Ф. Гудинаф).

Данные, полученные с помощью этих методик, дают психологу возможность «очертить» общий контур самой ситуации насилия и ключевых нарушений у ребенка, возникших в результате перенесенного им насилия.

«Шкала оценки влияния травматического события» (Д. Вейс)

Шкала оценки влияния травматического события (Impact of Event Scale — IES-R) была опубликована в 1979 г. Горовицем с соавторами (Horowitz, Wilner et. al, 1979).

В первоначальном варианте опросник содержал 15 пунктов, содержательно относился к определённым жизненным событиям, выявляя преобладание реакции избегания травмирующей ситуации и переживания вторжения воспоминаний о ней.

Несмотря на растущую популярность шкалы и многочисленные эмпирические подтверждения её надёжности и валидности, Д. Вейс с коллегами (Weiss D. S., Mar-mar C. R., Metzler T.) в 1995 году пришли к выводу, что IES может быть более полезной, если она будет способна диагностировать не только такие симптомы ПТСР, как вторжение и избегание, но и симптомы гипервозбуждения, которые вошли в диагностический критерий DSM-IV и являются составной частью психологической реакции на травматические события. Таким образом, была предпринята попытка пересмотра оригинальной IES.

Шкала оценки влияния травматического события — пересмотренная (IES-R) содержит 22 пункта, которые распределяются в три шкалы: «вторжение», «избегание» и «возбудимость». Каждый пункт оценивается как «никогда» (0 баллов), «редко» (1 балл), «иногда» (3 балла) или «часто» (5 баллов). Все пункты имеют прямое значение, значение шкалы подсчитывается простым суммированием ответов пунктов. Целью добавления новых 6 пунктов (шкала «возбудимость») является описание следующих областей: злость и раздражительность; гипертрофированная реакция испуга; трудности с концентрацией; психофизиологическое возбуждение, обусловленное воспоминаниями; бессонница.

Психометрическая проверка и результаты проведенных исследований позволяют утверждать, что модифицированная шкала IES-R является надежным и валидным инструментом для выявления у испытуемых неблагоприятных эмоционально-личностных особенностей, развившихся как следствие субъективного восприятия угрозы радиационной опасности.

Шкала зарекомендовала себя как надёжный, валидный инструмент, прошедший кросс-культурную апробацию. Шкала может быть включена в батарею психодиагностических методик для работы с лицами, у которых имеется или подозревается ПТСР.

Бланк методики

ФИО _____ Возраст _____ Дата _____

Пользуясь данной шкалой, укажите, в какой степени вы согласны или не согласны с данным утверждением. Дайте только один ответ на каждое утверждение: Никогда, Редко, Иногда, Часто.

Обратите внимание, что перечисленные симптомы касаются Вашего самочувствия касаясь последней недели Вашей жизни.

	Никогда	Редко	Иногда	Часто
1. Любое напоминание об этом событии заставляло меня заново переживать всё случившееся				
2. Я не мог спокойно спать по ночам				
3. Некоторые вещи заставляли меня всё время думать о том, что со мной случилось				
4. Я чувствовал постоянное раздражение и гнев				
5. Я не позволял себе расстраиваться, когда думал об этом событии или что то напоминало мне о нём				
6. Я думал о случившемся против своей воли				
7. Мне казалось, что всего случившегося как будто бы не было на самом деле или всё, что тогда происходило, было нереальным				
8. Я старался избегать всего, что напоминало мне о случившемся				
9. Отдельные картины случившегося внезапно возникали в сознании				

10. Я был всё время напряжен и сильно вздрагивал, если что то внезапно пугало меня				
11. Я старался не думать о случившемся				
12. Я понимал, что меня до сих пор буквально переполняют тяжёлые переживания по поводу того, что случилось, но ничего не делал, чтобы их избежать				
13. Я чувствовал что то вроде оцепенения, и все мои переживания по поводу случившегося были как будто парализованы				
14. Я вдруг замечал, что действую или чувствую себя так, как будто бы всё ещё нахожусь в этой ситуации				
15. Мне было трудно заснуть				
16. Меня буквально захлёстывали непереносимо тяжёлые переживания, связанные с той ситуацией				
17. Я старался вытеснить случившееся из памяти				
18. Мне было трудно сосредоточить своё внимание на чём либо				
19. Когда что то напоминало мне о случившемся, я испытывал неприятные физические ощущения – потел, дыхание сбивалось, начинало тошнить, учащался пульс и т. д.				
20. Мне снились тяжёлые сны о том, что со мной случилось				
21. Я был постоянно насторожен и всё время ожидал, что случится что то плохое				
22. Я старался ни с кем не говорить о случившемся				

Методика «комплексная оценка психологического состояния»

Бланк для детей до 9 лет

Фамилия, имя	Пол:	Возраст лет месяцев	Образование	Дата заполнения
	М Ж			

Запиши, какое травмирующее событие ты пережил -

Дата, когда это событие произошло:	Год	Месяц	Число
------------------------------------	-----	-------	-------

ИНСТРУКЦИЯ: Ты читаешь фразы слева и справа от цифр и решаешь, какая фраза лучше характеризует твоё состояние.

И затем определяешь, на сколько это баллов. Нужную цифру перечеркни (обведи).

Например: мне понятно, как выполнять задание 7 6 5 4 3 2 1 мне не понятно как выполнять задание

1	ТЕПЕРЬ МОЖНО ОБО ВСЕМ РАССКАЗЫВАТЬ	7 6 5 4 3 2 1	РАССКАЗЫВАТЬ ОБ ЭТОМ НЕЛЬЗЯ
2	Я СПОКОЕН / СПОКОЙНА	7 6 5 4 3 2 1	Я ТРЕВОЖУСЬ
3	КАРТИНУ СОБЫТИЯ НЕ ВИЖУ ИЛИ - ОЧЕНЬ ТУСКЛО	7 6 5 4 3 2 1	В ПАМЯТИ КАРТИНУ СОБЫТИЯ ВИЖУ ЯРКО
4	НЕ СЛЫШУ ГОЛОСОВ И ЗВУКОВ, СВЯЗАННЫХ С СОБЫТИЕМ	7 6 5 4 3 2 1	СЛЫШУ РАЗГОВОРЫ, ЗВУКИ ГРОМКО, БЛИЗКО
5	СЕЙЧАС Я В БЕЗОПАСНОСТИ	7 6 5 4 3 2 1	Я В ОПАСНОСТИ, Я НЕ ЗАЩИЩЕН(А)
6	В ТОМ НЕТ МОЕЙ ВИНЫ	7 6 5 4 3 2 1	Я ВО ВСЕМ ВИНОВАТ(А)
7	МАМА (ПАПА) ЗАБОТЯТСЯ ОБО МНЕ	7 6 5 4 3 2 1	Я НЕ ЧУВСТВУЮ ЗАБОТЫ О СЕБЕ СО СТОРОНЫ РОДИТЕЛЕЙ
8	Я ДОВЕРЯЮ ДРУГИМ	7 6 5 4 3 2 1	У МЕНЯ НЕТ ДОВЕРИЯ К ДРУГИМ
9	Я ХОРОШИЙ / ХОРОШАЯ	7 6 5 4 3 2 1	Я ПЛОХОЙ / ПЛОХАЯ

**КЛЮЧ к методике «Комплексная оценка психологического состояния»
(для детей 9 лет и младше)**

Для оценки стресса после насилия предлагается 9 пар признаков, отражающих базовые эмоциональные и поведенческие состояния, которые аналогичны варианту для детей 10 лет и старше.

На цифровой линии отмечается, насколько это состояние выражено.

Например:

знаю, как выполнять задание	7	6	5	4	3	2	1	не понял, как выполнять задание
-----------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---------------------------------

Результат в условных баллах: 7 – очень выражены положительные характеристики, 1 – очень выражены отрицательные характеристики.

От 6 - 7 баллов – отражает положительное состояние.

От 3 - 5 баллов – отражает средние значение состояния

От 1 - 2 баллов – отражает отрицательное состояние.

Комплексная шкала может использоваться:

а) для оценки фонового состояния;

б) для оценки психотерапии и психокоррекции.

Для оценки психотерапии предъявляется бланк ДО терапии и по окончании терапии дается другой бланк ПОСЛЕ терапии.

Проводится цифровая сравнительная оценка ДО и ПОСЛЕ психотерапии, по результату, которой определяется успешность психотерапии и психокоррекции.

Например, по первой субшкале отмечено 2, а после психотерапии отмечено 6.

Можно сделать вывод, что проведенная терапия была достаточно эффективной в результате, которой ребенок (взрослый) может рассказывать о травматическом событии. Это можно проверить, попросив ребенка вновь рассказать о событии и сравнить с объемом первоначального рассказа о событии.

Качественная содержательная интерпретация дается исходя из содержания биполярных шкал.

Комплексную шкалу можно использовать многократно в процессе всего курса терапии.

Бланк для детей старше 9 лет

Фамилия, имя	Пол: М Ж	Возраст	Образование	Дата заполнения
--------------	----------------	---------	-------------	-----------------

Запиши, какое травмирующее событие ты пережил -

Дата, когда это событие произошло:	Год	Месяц	Число
------------------------------------	-----	-------	-------

ИНСТРУКЦИЯ: Слева и справа от линии обозначены признаки поведения, которые возникают после травмирующего события.

Читай каждую противоположную по содержанию пару признаков и решай, какой из них лучше всего подходит для отражения твоего состояния, и отметь на цифровой линии, насколько это выражено у тебя.

Например:

хорошо понял инструкцию 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 не понял инструкции.

1	я могу рассказывать (говорить) о событии	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	рассказывать о событии трудно, не хочу
2	к событию отношусь спокойно	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	чувствую себя нервным, тревожусь, переживаю
3	картину события не вижу или вижу тускло, далеко	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	вспоминая событие, вижу его ярко, близко, отчетливо
4	картину события не слышу, она беззвучна	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	слышу разговоры, звуки громко, близко

5	я защищен(-а), умею за себя постоять при повторении события	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	я не защищен(-а), не сумею за себя постоять при повторении события
6	в том, что произошло виноват(-а) тот, кто это сделал	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	я виноват(-а) в том, что произошло
7	в душе, в памяти я простил(-а)	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	я хочу мстить, этому нет прощенья
8	я легко распознаю человека и обстоятельства, приведшие к травмирующему событию	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	не могу распознать, различить признаки, могущие, привести к похожему событию
9	событие трудно вспомнить, скорее знаю, что оно было; наблюдаю как бы со стороны, как бы глазами другого человека	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	когда я вспоминаю о событии, оно возникает в памяти так, как было на самом деле
10	я могу противостоять желаниям других	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	я как бы безволен(-льна), не могу противостоять желаниям других
11	у меня есть поддержка со стороны других	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	отсутствует поддержка со стороны других
12	я хорошо осознаю, что произошло	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	скорее не верю, что это произошло
13	я полон(-а) чувств, переживаний по поводу случившегося	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	я избегаю чувств, связанных с событием, боюсь их возобновления
14	это случилось по желанию того, кто это сделал	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	это случилось по моей воле

**КЛЮЧ к методике «Комплексная оценка психологического состояния»
(для детей старше 9 лет).**

Для оценки стресса после насилия предлагается 14 пар признаков, отражающих эмоциональные базовые и поведенческие состояния.

На цифровой линии отмечается, насколько это состояние выражено.

Например:

знаю, как выполнять задание	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	не понял как выполнять задание
-----------------------------	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	--------------------------------

Результат в условных баллах: 10 – очень выражена положительная характеристика, 1 – очень выражена отрицательная характеристика.

От 8 - 10 баллов - отражает положительное значение состояния.

От 4 - 7 баллов – отражает средние значение состояния

От 1 - 3 баллов отражает отрицательное значение состояния.

Комплексная шкала может использоваться:

а) для оценки фонового состояния;

б) для оценки психотерапии и психокоррекции.

Для оценки психотерапии предъявляется бланк ДО терапии и по окончании терапии дается другой бланк ПОСЛЕ терапии.

Проводится цифровая сравнительная оценка ДО и ПОСЛЕ психотерапии, по результату, которой определяет успешность психотерапии и психокоррекции.

Например: по первой субшкале отмечено 2, а после психотерапии отмечено 8.

Можно сделать вывод, что проведенная терапия была достаточно эффективной в результате, которой ребенок (взрослый) может рассказывать о травматическом событии. Это можно проверить (подтвердить), попросив ребенка вновь рассказать о событии и сравнить с объемом первоначального рассказа о событии.

Качественная содержательная интерпретация дается исходя из содержания биполярных шкал. Комплексную шкалу можно использовать многократно в процессе всего курса терапии.

Тест «Придумай историю» (Р. Сильвер)

Рисуночный тест, созданный американским арт-терапевтом Р. Сильвер, позволяет оценить пространственное мышление, творческие способности, эмоциональное состояние, отношение к себе и другим, то есть и познавательные, и эмоциональные особенности человека. Рисуночный тест Сильвер оказался очень эффективным тестом, обеспечивающим исходную и заключительную диагностику, т.к. предлагает варианты заданий и сопоставление результатов. Адаптация теста для России произведена под руководством председателя Арт-терапевтической ассоциации, кандидата медицинских наук А.И. Копытина.

В настоящее время Тест Сильвер начинают активно использовать службы практической психологии образования для выявления эмоциональных расстройств, в частности, склонности к депрессии, агрессии, суициду, для оценки потенциального риска агрессивного поведения детей, а также для диагностики задержки психического развития. Он выступает альтернативой традиционным тестам, используемым в школах, поскольку обеспечивает оценку тех психологических особенностей учащихся, которые трудно оценить с использованием других методик. Для этого тест Сильвер имеет ряд оценочных шкал. А.И. Копытиным в тест была введена дополнительная шкала оценки чувства юмора, которая помогает оценить рассказ и рисунок, насыщенный разными оттенками юмора: от «чёрного» и болезненного, до положительного, игривого. В данной статье мы остановимся на использовании задания на воображения, на шкалах оценки эмоционального содержания и образа Я, а также рассмотрим особенности проецирования на стимульный материал теста Сильвер ведущего интрапсихического конфликта у детей и подростков.

Обычно время работы с Рисуночным тестом Сильвер составляет 15-20 минут. Ребенку предлагают выбрать из картинок две и придумать, что могло бы произойти между изображенными на них персонажами (людьми, животными) или предметами. Потом предлагается нарисовать то, что он придумал, то есть то, что происходит в его вымышленной истории. При этом можно изменять то, что имеется на картинках, и рисовать любые новые дополнительные предметы и персонажи. Далее ребенок рассказывает свою историю, что происходит на рисунке и что возможно произойдет через некоторое время.

В ходе работы важно наблюдать за тем, как проходит рисование. Считается, что смещение изображения в верхнюю часть рисунка отражает завышенный уровень притязаний, а смещение в нижнюю – заниженный уровень. Левая сторона рисунка соответствует эмоционально-интуитивной сфере личности, а правая - интеллектуально-рациональной. В соответствии с этим, можно определять как ведущую сферу восприятия и переработки информации, так и сферу менее развитую, слабо дифференцированную.

Горизонтальный формат выбирается обычно детьми, стремящимися охватить одновременно как можно больше областей в жизни. Это характерно для экстенсивного типа личности. Часто на рисунке помимо выбранных персонажей изображается несколько предметов, дорога и т. п. Выбор вертикального формата свидетельствует о целеустремленности, о способности сконцентрироваться на каком-то деле. Это соответствует интенсивному типу личности. Обычно на рисунке изображается один - два предмета или персонажа.

Большое значение имеют средства, которые выбираются для рисования. Важно отметить, что выбор материала должен быть свободный. И если из всех материалов ребенок выбирает, например, простой карандаш - это говорит о страхе перед самовыражением красками (страх перед неопределенностью). Часто для таких детей свойственны навязчивые черты. Черные фломастеры и маркеры, как правило, соответствует агрессивности. Если из всего многообразия средств для рисования, ребенок выбирает шариковую ручку - это говорит о навязчивой, слишком конкретной личности, для которой рисование шариковой ручкой служит определенной защитой.

Иногда диагностируемый долго не решается начать рисунок и задаёт излишние вопросы: «А нужно ли в точности перерисовывать картинки? «Насколько должна быть длинной история? А история может быть не интересной?» Подобные вопросы характерны для зажатого, тревожного, боящегося ошибок и критики учащегося.

С диагностической точки зрения, важно, что самое актуальное рисующий бессознательно располагает в центре или на первом плане, как бы, потом, он сам ни комментировал свой рисунок. При анализе рисунка необходимо учитывать все необычные, элементы, утрирования, диспропорции, отсутствие определенных частей тела и т. д. Интерпретация этих признаков проводится в соответствии с принципами классических

рисуночных тестов, например, теста «Дом. Дерево. Человек» или «Несуществующее животное».

Критерии для оценки рисунков и рассказа согласно шкале эмоционального содержания:

В 1 балл оцениваются рисунки и рассказ с выраженным отрицательным эмоциональным содержанием, например:

- а) изображение одиноких, печальных, беспомощных, пытающихся покончить жизнь самоубийством или находящихся в смертельной опасности персонажей;
- б) изображение деструктивного взаимодействия между персонажами, связанного с убийством или угрозой для жизни.

В 2 балла оцениваются рисунки и рассказ с умеренно отрицательным эмоциональным содержанием, например:

- а) изображение фрустрированных, испуганных, страшных или несчастных персонажей;
- б) изображение напряженных или враждебных отношений между персонажами.

В 3 балла оцениваются рисунки и рассказ с нейтральным эмоциональным содержанием, например:

- а) изображение таких персонажей или отношений, которые имеют как положительные, так и отрицательные характеристики или амбивалентное содержание;
- б) изображение персонажей или отношений с противоречивым и неясным смыслом;
- в) изображение персонажей или отношений без определенного эмоционального содержания.

В 4 балла оцениваются рисунки и рассказ с умеренно положительным эмоциональным содержанием:

- а) изображение счастливых, но пассивных персонажей;
- б) изображение дружественных отношений между персонажами.

В 5 баллов оцениваются рисунки и рассказ с выраженным положительным содержанием, например:

- а) изображение счастливых или успешных и предпринимающих активные действия персонажей;
- б) изображение отношений любви или заботы.

Недостаточно оценить рисунок и рассказ только с точки зрения эмоционального содержания. Важно понять с кем из персонажей идентифицирует себя ребенок: с жертвой или агрессором? Со спасителем или спасаемым? Например, подросток изображает горящее дерево. Рисунок иллюстрирует историю, в которой извергается вулкан и погибает находящееся рядом дерево. Данный рисунок и рассказ оценивается по шкале эмоционального содержания в 1 балл. Чтобы понять, с кем идентифицирует себя ребенок, ему предлагаются косвенные вопросы: «Если бы ты был одним из этих персонажей, то кем скорее бы ты был? Кто из этих персонажей тебе

больше нравиться?» При работе механизмов психологической защиты «идентификация с агрессором» и «смещение агрессии» у ребенка, подвергающегося насилию в семье или со стороны сверстников, будет скорее выбран вулкан, если агрессия направлена на себя – дерево.

Критерии для оценки рисунков и рассказа согласно шкале образа Я:

В 1 балл оцениваются болезненные фантазии: испытуемый идентифицируется с грустным, беспомощным, одиноким, пытающимся покончить жизнь самоубийством, мертвым или находящимся в смертельной опасности персонажем.

В 2 балла оцениваются неприятные фантазии: испытуемый идентифицируется с испуганным фрустрированным, несчастным или страшным персонажем.

В 3 балла оцениваются противоречивые или амбивалентные фантазии: испытуемый идентифицируется с переживающим противоречивые чувства или равнодушным персонажем, либо образ «я» не просматривается или неясен, а также, если испытуемый идентифицируется с рассказчиком.

В 4 балла оцениваются приятные фантазии: испытуемый идентифицируется со счастливым, но пассивным персонажем или тем, кого спасают.

В 5 баллов оцениваются фантазии, связанные с исполнением желаний: испытуемый идентифицируется с активным, достигающим своей цели и удовлетворенным персонажем, в том числе с тем, кто совершает деструктивные действия, нападает и достигает своей цели, а также с тем, кого любят.

Сюжет рассказа и рисунка может быть как высоко динамичным, так и спокойным, может передавать самую разнообразную гамму психических процессов, состояний, отражать свойства личности испытуемого. Нам представляется важным здесь диагностика потребностно-мотивационной сферы детей и подростков, а также переживаемой фрустрации.

Бланк

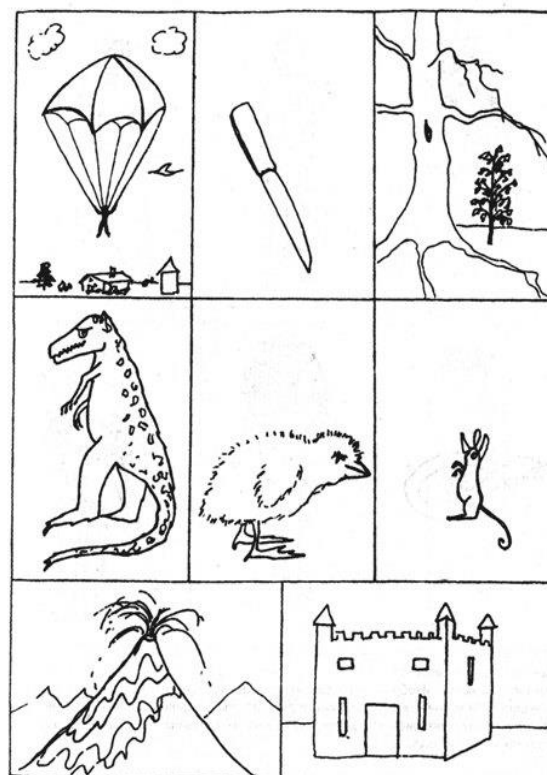
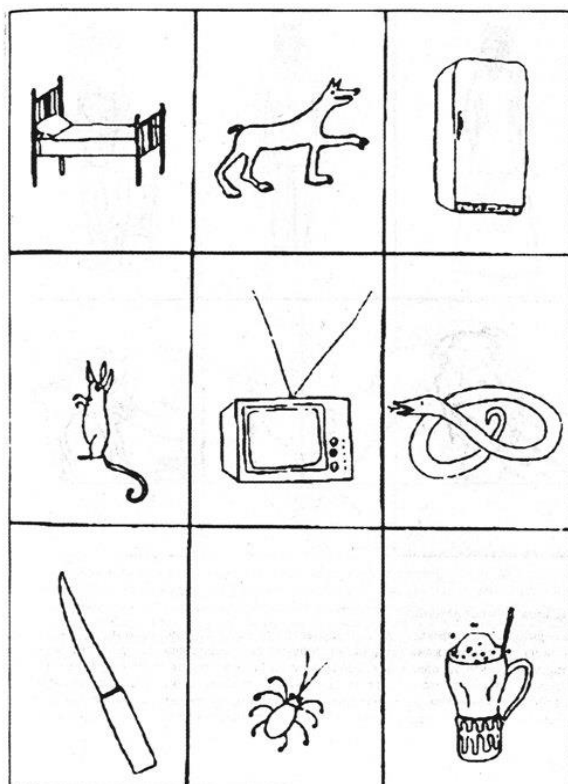
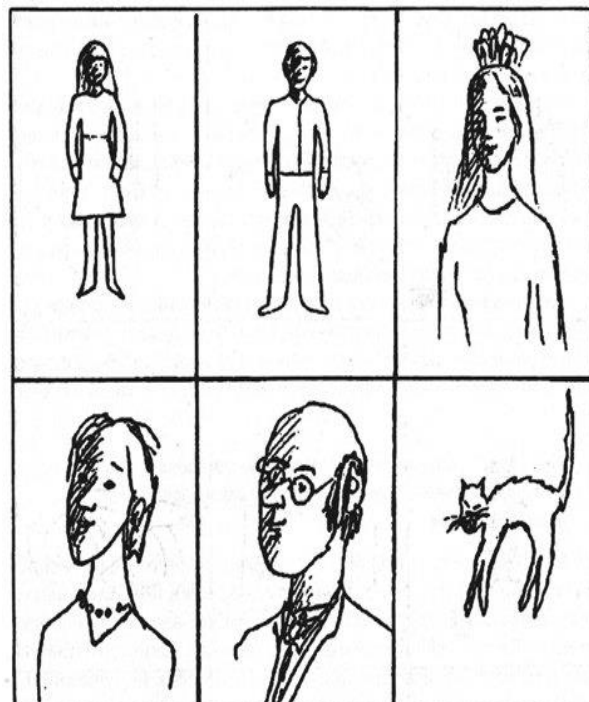
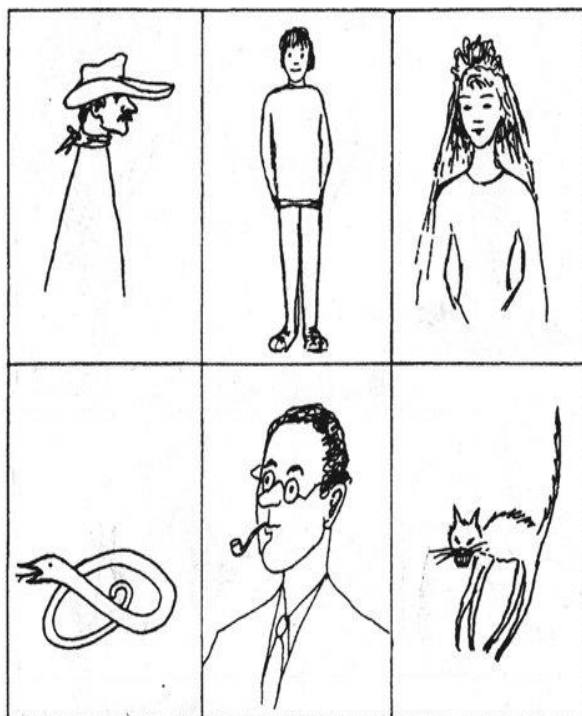
ФИО _____

Возраст _____ Дата обследования _____

Задание на воображение

Выберите из этих картинок две и придумайте, что могло бы произойти между изображенными на них персонажами (людьми, животными) или предметами. Когда вы будете готовы, нарисуйте то, что вы придумали. Изобразите на рисунке то, что происходит. При этом вы можете изменять то, что имеется на картинках, и рисовать любые новые, дополнительные предметы и персонажи. Закончив рисовать, дайте своему рисунку название или сочините историю. Расскажите, что происходит и что может произойти через некоторое время.

Стимульный материал



Проективная методика «Человек под дождем» (Е. Романова, Т. Сытько)

Тест ориентирован на диагностику личностных резервов и особенностей защитных механизмов человека, его способности преодолевать неблагоприятные ситуации, противостоять им, он также может рассказать о возможности человека к адаптации.

Для выполнения теста понадобится два листа бумаги, которые необходимо расположить вертикально, простой карандаш (или цветные карандаши), ластик. Попросите тестируемого нарисовать два рисунка на этих листах. Первый рисунок должен отображать фигуру человека, а второй – человека под дождем. Задание выполняется последовательно, а именно: после того как будет нарисован человек, предложите нарисовать на другом листе человека под дождем. При этом следует пояснить, что рисунки могут быть объединены общим сюжетом, но могут быть и абсолютно разными, не связанными между собой по смыслу.

Интерпретацию рекомендуется проводить в соответствии с «Энциклопедией признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии» (Лебедева Л. Д., Никонорова Ю. В., Тараканова Н. А.)

Бланк

ФИО _____

Возраст _____

Дата обследования _____

Порядок рисования: _____

Расскажите об этом человеке: как он себя ощущает, чувствует?

Пол, возраст: _____

Насколько комфортно чувствует себя человек в этой ситуации?

Какое у него настроение? _____

Что ему больше всего хочется сделать?

Дождь пошёл неожиданно или по прогнозу?

Человек был готов к тому, что пойдёт дождь или для него это неожиданность?

Любите ли Вы дождь? Почему? _____

В какой момент времени мы его застали? _____

Какие у него перспективы?

Если человеку под дождём дискомфортно (плохо), то чем ему можно помочь?

Что сам человек может сделать, чтобы себе помочь, чтобы справиться с дождём? _____

Дополнительная

информация: _____

Проективная методика «Рисунок человека» (К. Маховер, Ф. Гудинаф)

Процедура теста состоит из того, что ребенку дают простой карандаш средней мягкости и стандартный чистый лист бумаги формата а4 (210 x 297 мм.) И просят создать рисунок: "Нарисуй, пожалуйста, человека, какого хочешь".

В ходе работы также можно дать задание нарисовать человека противоположного пола.

Интерпретацию рекомендуется проводить в соответствии с «Энциклопедией признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии» (Лебедева Л. Д., Никонорова Ю. В., Тараканова Н. А.)

Бланк

ФИО _____

Возраст _____

Дата обследования _____

Порядок рисования: _____

Расскажите об этом человеке: как он себя ощущает, чувствует?

Пол, возраст: _____

Насколько комфортно чувствует себя человек в этой ситуации?

Какое у него настроение? _____

Что ему больше всего хочется сделать?

Счастлив ли человек? _____

Что сделало бы его счастливее? _____

Похож ли человек на кого-то, кого ты знаешь? _____

Дополнительная информация:

**Примерный алгоритм
действий специалистов образовательных организаций в ситуациях
выявления признаков или случаев сексуального насилия над
несовершеннолетним(и)**

1. Способы выявления несовершеннолетних, пострадавших от действий в отношении их половой неприкосновенности.

Выявление несовершеннолетних, пострадавших от действий в отношении их половой неприкосновенности, возможно посредством получения:

- информации от ребенка;
- информации от родителей (законных представителей), других членов семьи;
- информации от сверстников и друзей, соседей, иных граждан;
- результатов медицинского осмотра;
- информации, собранной в ходе психологической диагностики, консультирования (результаты психологической диагностики являются дополнительным источником сведений и не могут применяться в качестве абсолютно достоверного и единственного инструмента при выявлении фактов сексуального насилия в отношении несовершеннолетнего)
- информации, собранной в ходе наблюдений за ребенком и фиксации признаков сексуального насилия (особенности во внешности и поведении ребенка, которые могут свидетельствовать о сексуальном насилии по отношению к нему приведены в данных методических рекомендациях ранее).

2. Порядок действий при выявлении случая сексуального насилия в отношении несовершеннолетнего:

1. Педагогическому работнику, выявившему факты или признаки сексуального насилия в отношении несовершеннолетнего, организовать беседу с ребёнком с целью проверки информации, выяснения подробностей, обстоятельств случившегося, оказания моральной поддержки пострадавшему ребёнку (в случае подтверждения с его стороны информации о сексуальном насилии), мотивирования ребёнка к обсуждению ситуации в присутствии родителей/законных представителей (если данные лица не причастны к сексуальному насилию), психолога, представителя администрации.

2. Незамедлительно информировать руководителя образовательной организации о выявленном факте в устной и письменной форме (служебная записка).

3. Руководителю образовательной организации принять меры по ограничению круга лиц, вовлечённых в разбор ситуации, и недопущению распространения информации о выявленном факте сексуального насилия в отношении обучающегося (воспитанника) в образовательной организации и за её пределами.

4. Руководителю образовательной организации в кратчайшие сроки инициировать приглашение родителей/законных представителей (если данные лица не причастны к сексуальному насилию) с целью информирования о выявленном факте сексуального насилия в отношении несовершеннолетнего.

5. Встреча с родителями/законными представителями ребёнка должна проходить в присутствии руководителя образовательной организации, педагога (специалиста), выявившего факт сексуального насилия в отношении ребёнка, психолога образовательной организации, самого ребёнка, в отношении которого было выявлено насилие.

6. В ходе информирования родителей/законных представителей о выявленном факте представитель образовательной организации (один из перечисленных в п.5) осуществляет письменную фиксацию рассказа ребёнка о произошедшем в отношении него насилии. По окончании беседы руководитель образовательной организации информирует родителей/законных представителей о необходимости обратиться в следственные органы с заявлением о преступлении, совершённом в отношении половой неприкосновенности несовершеннолетнего. Данная рекомендация отражается в письменном виде под задокументированным рассказом несовершеннолетнего. Родители/законные представители заверяют данный документ своей подписью. В случае отказа от подписи, документ и факт отказа заверяется двумя присутствующими работниками образовательной организации.

7. В беседе с родителями/законными представителями ребёнка специалисты образовательной организации информируют их о доступности психологической помощи на базе образовательной организации, в центрах ППС-помощи, о работе линии Общероссийского детского телефона доверия для детей, подростков и их родителей 8-800-2000-122.

8. После беседы с родителями/законными представителями руководитель образовательной организации незамедлительно посредством телефонной связи информирует правоохранительные или следственные органы о получении информации о преступлении, совершённом в отношении половой неприкосновенности несовершеннолетнего. Затем в течение дня направляется письменная информация о выявленном случае, реализованных мерах, с приложением письменного документа, составленного в ходе встречи с родителями/законными представителями. Копия письма направляется в территориальную КДН и ЗП.

9. Специалисты образовательной организации формируют план индивидуального сопровождения несовершеннолетнего, в отношении которого выявлены факты сексуального насилия, с использованием «Методических рекомендаций для образовательных организаций, направленные на предупреждение преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних» ОГБУ «Белгородский региональный центр психолого-медико-социального сопровождения».

Третичная профилактика.

Основные направления психологической помощи детям, пострадавшим от сексуального насилия

Психологическая помощь является наиболее важной составляющей при оказании помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения. Это связано с тем, что в отличие от соматических последствий жестокости (физических травм, при сексуальном насилии – заболеваний, передающихся половым путем, беременности) психологические последствия могут длиться достаточно долгое время и определять жизнь человека в семье, взаимоотношения с окружающими людьми, вызывать различные коммуникативные трудности.

Индивидуальная и групповая психокоррекционная работа должна строиться с учетом результатов углубленного психологического обследования ребенка, при проведении которого используются методики, позволяющие оценить характер и тяжесть психологических последствий перенесенного насилия. Психологическая помощь может оказываться в форме индивидуальных консультаций, семейного консультирования или групповых форм работы.

Существуют три основных компонента психологической помощи ребенку, переживающему последствия жестокого обращения:

1. Работа с пострадавшим ребенком по преодолению страха, отвращения, ненависти и других переживаний. Часто для ребенка жестокое обращение с ним является настолько травмирующим, что он не в состоянии выразить свои чувства словами. Поэтому в диагностике и реабилитации важно применять элементы игры и творчества: рисование, музицирование и т. п.

2. Психологическая работа с ребенком, не привязанная непосредственно к переживаемому событию жестокого обращения, связанная с его отношением к себе, другим людям, собственному будущему, получением позитивного опыта безопасного взаимодействия со взрослыми, часто противоположного тому, который он получает в семье, навыков в разрешении трудных ситуаций, в первую очередь ситуаций домашнего насилия и т. п.

3. Работа с ближайшим социальным окружением ребенка (в первую очередь, родителями) по развитию навыков ненасильственного воспитания, эмоциональной поддержке и эмпатии.

- 4 Сложности, которые имеются у родителей в отношениях с детьми, супругами и партнерами, как правило, связаны с серьезными психологическими проблемами, часто уходящими корнями в собственное детство родителей. Большей частью эти проблемы не осознаются, и на первый план выдвигаются материальные или ситуационные проблемы.

Работа с родителями должна строиться в зависимости от роли, которую каждый из них играл при совершении насилия над ребенком:

- невинный родитель – не участвовал прямо в насилии, не знал о насилии;

- неспособный защитить
- знал или мог предвидеть, что ребенок подвергается жестокому обращению, но оказался неспособным проявить заботу о безопасности ребенка;

- виновный родитель
- жестоко обращался с ребенком.

Задачи работы с невиновным родителем:

- предоставить возможность эмоционально отреагировать на произошедшее;

- мобилизовать внутренние ресурсы для дальнейшей помощи себе и ребенку.

Список литературы

- 1 Волкова Е.Н. Ребенок и насилие: диагностика, предотвращение и профилактика: монография / Е.Н. Волкова, О.М. Исаева. – Н. Новгород, 2015.
- 2 Журавлева, Т.М. Помощь детям - жертвам насилия/ Т.М Журавлева. - М., 2006.
- 3 Кон И.С. Сокращение детей и сексуальное насилие // Педагогика. 1998. № 5. С. 58-66.
- 4 Малкина-Пых И.Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. М.: Эксмо, 2006.
- 5 Насилие в семье: особенности психологической реабилитации. Учебное пособие / Под ред. Н.М. Платоновой, Ю.П. Платонова. СПб.: Речь, 2004. 154 с.

Интернет-источники

<https://admmegion.ru/upload/iblock/34a/psikhologicheskaya-pomoshch-detyam--zhertvam-nasiliya.pdf>

https://aripk.ru/media/userfiles/%D0%AF%D0%AF_01_%D0%9F%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F_%D0%BD%D0%B5%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C.pdf

<http://i.pkds6.ru/u/af/608d98cc3211e789e3abb1a29d12a4/-/%D0%98%D1%81%D0%B0%D0%B5%D0%B2%D0%B0%2C%20%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0.%20%D0%A0%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%BA%20%D0%B8%20%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%B8%D0%BB%D0%B8%D0%B5-%D1%82%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82.pdf>

<https://shelter-tranzit.ru/wp-content/uploads/2018/06/%D0%94%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%9C.%D0%90.-%D0%9F%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B6%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%BD-%D0%9B.%D0%9E.-%D0%A1%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%83%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5-%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%B8%D0%BB%D0%B8%D0%B5-%D0%BD%D0%B0%D0%B4-%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%8C%D0%BC%D0%B8.pdf>