



Р. В. Чиркина

Программа социально-психологического тренинга подготовки к выходу на свободу детей из воспитательной колонии

Римма Вячеславовна Чиркина — практический психолог, стаж работы в психолого-медико-социальном центре г. Энгельса Саратовской области 14 лет. Автор проектов социально-психологической помощи несовершеннолетним, находящимся в тяжелых жизненных ситуациях (наркозависимым, судимым, социальным сиротам и пр.).

Преподавала психологические дисциплины в Саратовском пединституте СГУ, Институте прокуратуры Саратовской Академии права, СарИПКП-РО. С 2005 года — стипендиат Института международного образования IFP (Фонд Форда), аспирант 2 года обучения очной аспирантуры факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Тема диссертационного исследования — «Динамика установок личности несовершеннолетних правонарушителей».

Продолжение. Начало программы — в «Вестнике практической психологии образования» №№ 1, 2 за 2007 год

Блоки 5–6. Тренинг мотивации социального выбора по модели «Ресурсная карта»

«Ресурсная карта» представляет собой рабочую тетрадь, начинающуюся с обращения к воспитаннику, которому вскоре (на начало тренинга — через полгода) предстоит выйти на свободу.

**Скоро твоя жизнь изменится.
В ней снова появится СВОБОДА!**

Как ты распорядишься ею?

Готов ли ты к испытанию самостоятельностью?

Предполагаешь ли, с какими проблемами ты столкнешься?

Теперь ты знаешь: чтобы оставаться свободным всегда, тебе нужно прилагать гораздо больше усилий, чем другим.

СВОБОДА стоит того, чтобы научиться думать, ставить перед собой достойные цели, планировать свое будущее, делать ответственный выбор в трудных ситуациях, словом, жить по закону, не причиняя ущерба другим и, тем самым, себе самому.

Пусть удача сопутствует всем твоим добрым замыслам!

Затем воспитаннику предлагается определить последовательность жизненных проблем, которые, по его мнению, ему придется решать на свободе: учеба, жилье, работа, отношения с людьми, документы.

На одной из страниц карты воспитанник может сам вписать те проблемы, которые для него наиболее актуальны. Присвоенные порядковые номера определяют последовательность проработки каждого проблемного блока по методике, в основу которой положена идея мотивационного интервьюирования.

Техника мотивационного интервьюирования была разработана Стефаном Роллником и Уильямом Р. Миллером (Колледж медицины



ПСИХОЛОГИЯ ВОСПИТАНИЯ

Уэльского Университета г. Кардифф и Университет Нью-Мехико) [1]. Предназначена она для работы с зависимостями и направлена на формирование мотивации к изменению аддиктивных форм поведения.

За основу мы взяли идею зависимости результата деятельности человека от степени важности для него поставленной цели и от уровня уверенности в своих силах, возможностях, способности самостоятельно достичь желаемого. Если обратиться к рисунку, мы увидим, что низкие показатели уверенности и (или) важности планируемых изменений дают вектор достижений, совершенно не соответствующий оптимальному.

Поэтому на следующей странице «Ресурсной карты», вписав порядковый номер и название проблемного блока, воспитанник записывает краткую формулировку того, каким он видит желаемый итог своих усилий в выбранном направлении. Затем он отмечает на осях схемы показатели достижений в процентах (соответствующие его пониманию ситуации). И на пересечении их отмечает точку, куда устремляется вектор его действий (см. рисунок).

Как правило, расстояние между этой точкой и максимумом (100%) достаточно велико. Воспитаннику становится ясно, что надо «наращивать показатели» по обеим осям.

Для этого ему надо получить ответ на вопрос «Как ты будешь действовать?». Как правило, отвечать ребята начинают с незначительных шагов, которые им под силу в реальной ситуации. А дальше, после того, как их собственные предложения иссякают, специа-

лист, ведущий тренинг, наводящими вопросами или прямыми подсказками помогает дополнить репертуар их действий, чтобы осознать важность выбранного «маршрута». В некоторых случаях приходится даже переформулировать цель, если она недостижима.

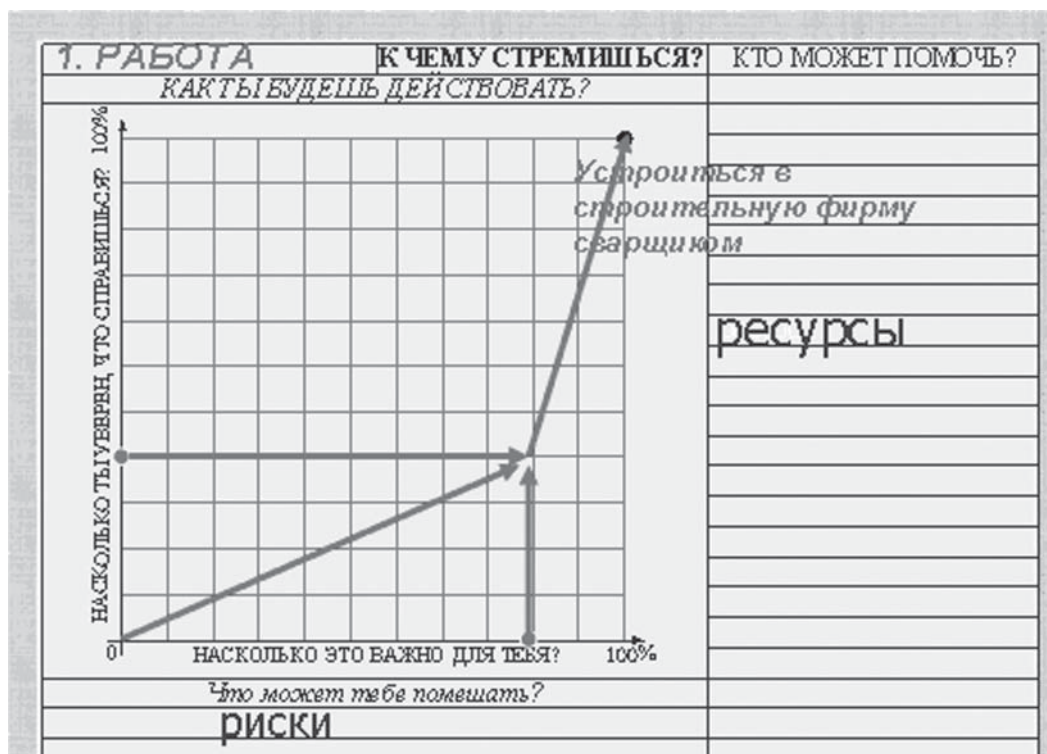
Этой работе способствует привлечение внешних ресурсов, которые воспитанник записывает в колонку «Кто может помочь» и вместе с воспитателем планирует свое участие во взаимодействии с ними.

Таким образом, традиционная информация о ресурсных организациях, которую всегда дают освобождающимся, встраивается в алгоритм планируемого поведения и приобретает реальную значимость для воспитанника.

Необходимо также проработать риски и препятствия, которые ведущий помогает осознать и вербализовать. Работа с препятствиями также может повлиять на коррекцию планов и действий.

Эта модель может служить еще и диагностическим целям. Так, например, многие воспитанники, присвоив какой-то проблеме одно из первых мест, руководствуются социальными установками или ожиданиями ведущего. А на полученной диаграмме видно, что реально степень значимости данной проблемы ниже: 50—60%. Тогда как отнесенные на последние места во время проблемы оказываются важными и составляют от 90 до 100, а иногда и более процентов. Очевидно, что в системе приоритетов именно эти проблемы являются первостепенными для ребят.

Таким образом, в течение нескольких встреч спе-





циалист, желательнее психолог, помогает воспитаннику проработать все сферы его будущего «проблемного поля», при необходимости и по желанию своего подопечного возвращаясь к пройденному, корректируя или активизируя его настрой на реализацию намеченных действий. Поставленные перед собой задачи воспитанник оформляет в «Ресурсной карте», которая хранится между встречами у психолога или социального работника, ведущего тренинг, а при освобождении передается воспитаннику.

На предпоследней страничке «Ресурсной карты» можно разместить неоконченные предложения, завершая которые воспитанник утверждает в своих жизненных установках, и притчу о бабочке (см. статью в № 2, 2007 г.), которая заканчивается словами «Все в твоих руках».

Неоконченные предложения:

Теперь я знаю, что...

Когда мне будет трудно, я...

Чтобы моя жизнь сложилась удачно, я должен...

Помогая другим, я...

Если что-то пойдет не так, как планировал,...

Справиться с гневом и раздражением мне поможет...

Я – человек, и потому...

Я уверен...

Мотивацию ребят к изменениям необходимо не только формировать, выращивать, подпитывать внутренними ресурсами, но и подкреплять созданием соответствующих условий в неволе и на свободе.

Методический комментарий

Предваряя работу по «Ресурсной карте», социальный работник, инспектор по ТБУ или воспитатель должны рассказать подросткам, какие функции выполняют различные организации и структуры, каким образом к ним можно обратиться и на что рассчитывать.

Работа с банком ресурсных организаций предполагает помощь воспитанникам в осознании того, что решение тех или иных проблем, характерных для освободившихся, имеет несколько вариантов, этапов, уровней, а не замкнуто на какой-то одной организации или личности. Например, не помогли в ЖЭУ, надо обратиться в муниципалитет, к юристу, в газету, в суд, к участковому, депутату, в районные, а затем областные структуры.

Заполняя «Ресурсную карту», воспитанник, помимо записывания адресов и функций различных организаций, должен сформулировать не только варианты своих действий, но и свои личные, личностные ресурсы, необходимые для достижения цели.

Например, подростку обязательно нужно осознать,

что не только ему, но и никому другому ничего легко и сразу не дается. Необходимо запастись терпением, уметь дожидаться и добиться результата без истерик и агрессивных выходов, нужно не бояться задавать вопросы, обращаться с просьбой, планировать свои действия и при необходимости менять тактику, развивать в себе ответственность, обязательность и организованность.

Воспитанники должны знать, что помимо тех организаций, которые перечислены в «Ресурсных картах», существует масса других, информация о которых туда не вошла.

Еще один важный навык, который должны усвоить ребята, – активный самостоятельный поиск необходимой информации с помощью прессы, справочных служб, специалистов нужного профиля, знакомых.

Оценка рисков и вариантов их преодоления

Работа с рисками и «темными опасениями» предваряется рассказом о том, что по предлагаемой схеме просчитывают риски разведчики, бизнесмены, политики.

1. Назови самую большую опасность, которая ожидает тебя на свободе.

2. Оцени, насколько велика возможность, что это произойдет:

0% _____ 100%

3. Из-за чего, по-твоему, это может случиться? Перечисли причины.

4. Что ты будешь делать, если

5. Заполни таблицу.

№№	Вариант поведения	Что для этого нужно?	Возможный результат
----	-------------------	----------------------	---------------------

При работе обращается внимание на причины, которые приводят к возникновению этих рисков, особенно на собственные промахи и провокации со стороны референтного окружения. Нужно особо подчеркнуть (и помочь сформулировать) разные варианты поведения и разные результаты, которые требуют использования всех возможных ресурсов: личностных, социальных, государственных, правовых и пр.

Можно предложить ребятам написать письмо-запрос на оказание помощи в муниципальную комиссию по делам несовершеннолетних по месту жительства или областную КДН. Ведущий должен помочь в формулировании запроса, который должны изложить воспитанники (узнать, в каком состоянии жилье, что с родителями, восстановить документы и т.п.). Для отправки письма им предлагаются конверты.



Блоки 7–8. Тренинг «Социальные навыки – профессиональное самоопределение»

Цель: Активизировать мотивацию воспитанников воспитательной колонии на реализацию своих жизненных задач, сформулированных в предыдущих блоках. Проработать навыки трудоустройства, умение оценивать свои ресурсы, сформировать позицию активного осознанного поиска работы.

Базовая позиция тренинга: работа как фактор социальной защиты и условие реабилитации.

Оборудование: видеочасть, телевизор с видеоманитофоном. Запись интервью бывшего воспитанника колонии, в котором он делится своим опытом трудоустройства после освобождения.

В нашем случае использовалась рабочая запись интервью, велась запись тренинговых упражнений с последующим обсуждением. В тренинге основную роль играли волонтеры, ровесники участников группы.

Ход тренинга

1. В первой части тренинга вспоминаем «темные опасения», которые ребята сформулировали на прошлых сессиях. Одно из типичных: не возьмут на работу из-за судимости. Кому-то пришлось пережить это после первого освобождения. Этот воспитанник рассказывает о том, как это было.

Обсуждение: почему отказали, как себя вел, что говорил и т.п.

2. Обучение: как составить свое резюме. Ребятам предлагается написать свое резюме, которое будет основой следующего задания.

3. Предлагается игровая ситуация:

Вы узнали, что одной из строительных организаций требуются рабочие самых разных специальностей. Нужно разыграть процедуру трудоустройства. Ведущие тренинга играют роль работодателей на собеседовании. Все самопрезентации записываются на видео.

Далее вся группа обсуждает, почему тот или иной соискатель получил ответы типа: «Оставьте ваши координаты, и мы перезвоним», «Спасибо, до свидания» и т.п. Обсуждение строится на просмотре и анализе видеозаписи. Группа принимает коллективное решение, кого взять на работу и как именно (с испытательным сроком, на другую специальность, при условии обучения или переподготовки и пр.).

Методический комментарий

Отвечая на вопрос «почему» ребята обращают внимание на то, какие действия, слова, интонации, манеры, какая информация действует на работодателя положительно или отрицательно.

Если провести анализ названных участниками неудач при трудоустройстве, то на первом месте во всех группах выходят внешние факторы поведения:

взгляд исподлобья, отрывистая резкая речь, сутулость, на втором — развязность, многоречивость, нервозность.

Можно проиграть отдельные эпизоды с использованием полученных замечаний и советов. Во всех наших группах этот тренинговый блок вызывал наибольшее оживление. После первых просмотров скованность проходила, ребята просили дать им еще раз сыграть свою роль по-новому. Были и те, кто после неудачных попыток замыкался, переставал участвовать в обсуждении.

В этих ситуациях можно сделать вид, что так было задумано, чтобы проиллюстрировать негативные варианты поведения для обсуждения и поблагодарить ребят за мужество взять на себя роль персонажа-неудачника. Для профилактики подобных эффектов можно сразу же договориться о том, что все играют роли, придумывают себе легенду и от имени вымышленного персонажа участвуют в кастинге.

Основное внимание надо уделить анализу и обсуждению удачных вариантов. Надо попытаться научить ребят приемам правильного внешнего поведения. Очень хорошей иллюстрацией такой работы является краткий пересказ сюжета «Пигмалиона», где хорошие манеры и правильная речь сделали из уличной цветочницы настоящую леди.

Рефлексия

(Как правило, следующий этап этого блока переходит на следующий день).

4. После краткого описания работы на предыдущей встрече приводятся истории двух ребят, освободившихся из колонии: Саши и Димы. Дима после освобождения, несмотря на совершеннолетие, имеющееся полное среднее образование и поддержку интеллигентной семьи, не стал искать работу, снова вернулся к разгульному образу жизни, конфликтует с родными, соседями, не хочет заниматься восстановлением документов.

Саше 18 лет исполнилось через два года после освобождения. Он не стал доучиваться в 9 классе, семья многодетная, живут за городом, отец алкоголик, не работает. После различных попыток заработать на жизнь Саша наконец-то нашел работу, стал зарабатывать хорошие деньги, на которые содержит родителей и двух сестер, освободил мать от работы на рынке, подружился с директором предприятия.

5. Видеоинтервью с Сашей (продолжительность 40 мин) стало поводом для обсуждения. Ребята анализировали опыт его трудоустройства, отвечая на вопрос: какие качества характера, поступки, установки и мотивы сделали его столь успешным, несмотря на опыт заключения?

Выводы, к которым приходят ребята: у Саши есть несколько важных и ценных для успеха в



работе качеств — он не пьет, не нарушает дисциплину, охотно откликается на просьбы руководства поработать сверхурочно, делает свою работу старательно и качественно. А главное, избегает ситуаций, в которых есть реальная опасность потерять контроль над собой и обстоятельствами. Единственным способом зарабатывать себе на жизнь он считает работу.

6. Рефлексия с выходом на самопрограммирование: как выработать в себе эти качества, каких качеств не достаёт каждому.

7. Ребятам предлагается закончить предложения (раздаются листочки с начатыми предложениями, потом ведущий зачитывает все варианты и начинает обсуждение):

- Для меня работа всегда...
- У меня лучше всего получается ...
- Чтобы устроиться на хорошую работу, мне нужно...
- На жизнь можно заработать несколькими способами: ...

Итоговая рефлексия.

Блок 9. «Экономический ликбез»

В колонии есть возможность пользоваться магазином, поэтому цены на некоторые товары повседневного спроса воспитанники знают. Конечно, ассортимент очень бедный, а цены порой выше, чем «на свободе», а главное, нет альтернативы. Многим приходят посылки, передачи.

Как правило, родные посылают продукты и вещи (конечно, из списка дозволенного) получше, подороже, которые самим себя позволяют не часто. Притом о стоимости этих гостинцев, их цене подростки не задумываются.

Есть категория ребят, которым ничего не присылают. И у тех, и у других формируются нереальные представления о стоимости жизни, завышенные притязания и необоснованные ожидания, что подтвердили наши предыдущие исследования в воспитательной колонии по анкетам социальных ожиданий и представлений о ресурсах.

Поэтому *цель* данного блока: обсудить возможности заработать и потратить деньги, сформировать бюджет. Дать воспитанникам адекватные представления о тратах семьи на их поддержку в колонии. А сиротам, получающим социальную пенсию, помочь правильно рассчитывать свои расходы и делать сбережения на будущее.

Методический комментарий

Этот тренинг подробно не расписан, так как формируется под конкретную группу, что требует предварительной подготовки ведущего. Необходимо узнать или уточнить, какую материальную

поддержку с воли получает каждый. Исходя из этого, возможно, придется работать с разными подгруппами.

«Семейные» ребята начинают с того, что вспоминают, какие «вкусности» они в последний раз получали из дома. Ведущий задает вопросы: «Как часто это было на их столе раньше, едят ли это дома сейчас?» Ответы чаще всего ожидаемые: семья отказывает себе во многом, чтобы их порадовать. Далее рассчитывается по средним рыночным ценам набор присылаемых гостинцев, умножается на количество передач в определенный период. В результате вычисляется соотношение общей стоимости подарков к среднему доходу семьи в месяц. Все расчеты ребята делают сами, ведущий только подсказывает цены.

Во всех «семейных» группах оказывалось, что родные тратят на передачи от 1,5 до 4 месячных доходов в год. А в одном случае выяснилось, что мама и бабушка воспитанника (пенсионерка и воспитатель детского сада) потратили в год на все передачи и другие выплаты на поддержку двадцатилетнего мальчика свой полугодовой доход, вдвое сократив расходы на себя.

Получилось, что условия жизни родных оказались гораздо более ограниченными, чем жизнь их ребенка в колонии. Например, мяса эти женщины практически не могли себе позволить, тогда как сын в колонии ел его как минимум через день, питаясь, к тому же, деликатесами из посылок.

В этом же контексте можно рассмотреть потребности воспитанников, приведя для обсуждения письмо анонимного подростка домой, в котором он просит присылать раз в неделю (в нашем случае) сырокопченую колбасу, 10 пачек чая, блок сигарет, побольше шоколада с цельными орехами и еще 14 наименований продуктов. Далее оценивается сумма расхода на выполнение этой просьбы.

В Энгельсской воспитательной колонии мы использовали письмо одного мальчика к соседке (сам он сирота), где он просил к освобождению купить





ему кашемировое черное длинное пальто, кроссовки, джинсы, свитер и костюм на выход. Получив отказ, он очень обиделся на нее, забыв все, что она делала для него раньше в ущерб собственным интересам.

Конечно, мы не зачитывали текст письма, о котором нам рассказала сама соседка, а дали ребятам задание написать, что они хотели бы получить из вещей к моменту освобождения. Собрав и зачитав все пожелания, для подсчета их стоимости мы выбрали именно тот перечень, взяв средние цены. Получилось больше 8 тысяч рублей. Это составило почти три ежемесячных «сиротских» пенсии или почти пять пенсий соседки.

Дальше проводится работа по формированию понятия «прожиточный минимум» (в Саратовской области он составлял на тот момент 2500 рублей) и наполнению его конкретным содержанием. Группа сама составляет список всего, что необходимо для жизни на месяц. Причем, если это делают две или три подгруппы, бывает интересно сравнить результаты.

Кто-то забывает включить в список хлеб, кто-то — туалетные принадлежности. Поспорив о необходимости тех или иных вещей, ребята приходят к общему списку, который с помощью ценового листа переводится в стоимостной вариант.

Потом весь перечень необходимого распределяется по статьям расходов. При анализе трат легко увидеть, какие статьи являются наиболее убыточными. Во всех наших группах ребята воочию убедились в том, какая значительная доля расходов приходится на спиртное и сигареты, а в одной группе еще и на развлечения (кафе, игровые автоматы, дискотеки). При обсуждении акцентируем внимание на том, что емко сформулировано в пословице «По одежке протягивают ножки».

Вторая часть тренинга посвящена тому, где взять деньги для обеспечения этого прожиточного минимума. Рассматриваются все варианты, которые предлагают участники. Особенно оживленно дискутируется вопрос: «Как быть, если потрачено больше, чем имеешь?» Варианты, которые обычно формулируют группы или дополняет ведущий: отказаться от каких-то расходов, взять в долг, найти дополнительный заработок, выбирать места с более дешевыми товарами, наконец, украсть.

Всегда возникает напряженность при обсуждении вопроса, каким образом можно заработать даже этот прожиточный минимум. Особенно если нет профессии, образования, здоровья, если не берут на работу из-за судимости.

Совершенно не приемлем для большинства ребят вариант работы дворником, разнорабочим, озеленителем и т.п. В этом случае мы используем прием «камень у дороги» или «весы», где сравниваются последствия выбора способа добывания денег, в том числе и воровства.

Как правило, в резюме обозначаются две ключевые мысли.

– Человек есть то, от чего он может отказаться. Настоящий зрелый мужчина способен к самоограничению ради сохранения чести и достоинства.

– Есть только два способа улучшить свое материальное состояние: заработать и сэкономить. Тот, кто может, увеличивает время, затраченное на работу или повышает свой профессиональный статус (учится/переучивается, повышает квалификацию, переезжает в другой экономический регион и пр.), кто не может — ограничивает потребление или рационализирует быт, создает своими руками то, что другие покупают.

Приводятся примеры (и ведущим, и самими участниками), как можно заработать на дому, переделать старые вещи, «сварить кашу из топора», сделать из подручного материала предметы обихода. Это можно проводить в виде устных предложений, а в сильной группе можно дать задание написать, а потом сложить в «копилку домашнего мастера», зачитать вслух и даже опубликовать в местной прессе.

Наш опыт показал, что эта, творческая часть тренинга дает толчок к продуцированию новых идей.

Очень важно закрепить и продолжить эту работу в отрядах после окончания тренинга. Так, в Энгельсской воспитательной колонии было предложено помещать все интересные идеи в стенгазете, а потом выпустить целый сборник с авторскими комментариями и рисунками. Его можно было бы вручать освобождающимся для помощи в обустройстве на воле. Но эта работа требует хорошей организации, последовательности и личной заинтересованности ответственного лица. И конечно, поддержки администрации, которая оценит красоту идеи и ее воплощения.

Литература

1. Миллер У.Р., Роллник С., Мотивационное интервьюирование: подготовка к изменениям. — Изд-во Гилфорд-Пресс, 1991.

Продолжение в следующем номере