

**Библиотека в поддержку профилактики
асоциального поведения молодёжи
в современном обществе**



Ярославль
2019

Департамент культуры Ярославской области
Государственное учреждение культуры Ярославской области
«Областная юношеская библиотека
имени А.А. Суркова»

**Библиотека в поддержку профилактики
асоциального поведения молодёжи
в современном обществе**

Ярославль

2019

ББК 78.37

Б 59

Библиотека в поддержку профилактики асоциального поведения молодёжи в современном обществе: межрегиональная научно-практическая конференция (9 октября 2019 года) / сост. С.С. Иванова, отв. за вып. Н.Н. Щепеткова; ГУК ЯО «Областная юношеская библиотека им. А.А. Суркова», науч.-методич. отдел. – Ярославль, 2019. – 40 с.

В сборник включены выступления участников межрегиональной научно-практической конференции. На мероприятии были представлены различные аспекты работы библиотек по профилактике асоциальных явлений в молодёжной среде: от профилактических акций с участием волонтеров (против курения, в поддержку популяризации спорта и ЗОЖ) до организации интеллектуального, культурного и творческого досуга в библиотеках. Также была представлена работа библиотечных психологов с молодёжью.

© ГУК ЯО «Областная юношеская библиотека им. А.А. Суркова», 2019

Здоровая страна начинается с тебя

Из опыта работы Ульяновской областной библиотеки
для детей и юношества имени С.Т. Аксакова

*Бахвалова Лариса Викторовна,
главный библиотекарь
по организации делового чтения
Ульяновской областной библиотеки
для детей и юношества имени С.Т. Аксакова*

Все мы знаем, что в современном обществе именно здоровье людей служит главной «визитной карточкой» страны. Поэтому важно с раннего детства прививать навыки здорового образа жизни. В связи с этим заметно возросла востребованность библиотек как центров пропаганды здорового образа жизни, профилактики асоциальных явлений. Я поделюсь с вами нашим опытом работы, расскажу о том, какие формы работы мы используем и какие из них самые, на наш взгляд, эффективные.

Лечить гиподинамию, избыточную массу тела, психическое перенапряжение библиотека не умеет, но зато имеет хорошую информационную базу, большой опыт массовой и индивидуальной работы по проведению профилактических, предупреждающих мероприятий, ведь главной задачей библиотеки является воспитание посредством книги. Поэтому каждое мероприятие сопровождается знакомством с книгами о спорте, здоровом питании, закаливании.

В формировании положительного отношения к здоровому образу жизни большую роль играют встречи с известными спортсменами, которые своим примером показывают, как спорт закаляет характер, помогает сохранить здоровье и добиться поставленных целей.

Вот и в нашей библиотеке хорошей традицией стало проведение встреч со спортсменами города Ульяновска «Человек спортивный».

Общение со спортсменами всегда вызывает повышенный интерес у подростков и сопровождается большим количеством вопросов: что привело в спорт? любимая книга? о планах на будущее? что помогло победить? как воспитать волю? вы суеверный? и многими другими...

Нам повезло – Ульяновская область очень богата на известных спортсменов, олимпийских чемпионов, мировых призёров, которые с удовольствием приходят на встречи с нашими читателями. Вот некоторые из них:

1. Встреча с молодыми игроками ульяновского футбольного клуба «Волга» Маратом Сафиним и Алексеем Цыганцовым, бронзовыми призёрами зоны «Урал – Поволжья».

2. Встреча с тренером спортивной секции по кикбоксингу Батяевым Андреем Михайловичем, бронзовым призёром чемпионата Европы, обладателем кубка мира

3. Встреча с молодыми игроками хоккейного клуба «Волга» Александром Степановым, Владиславом Кузнецовым и Денисом Новиковым.

4. Встречи с участницей первого международного межконтинентального эстафетного заплыва через Берингов пролив в рамках совместного российско-американского проекта «Чукотка – Аляска 2013», участницей Чемпионата мира по холодовому плаванию в Финляндии в 2014 году, администратором Ульяновской «Ассоциации любителей холодного плавания» Семёновой Еленой Вениаминовной мы проводили несколько раз. Ведь моржевание становится в нашем городе все популярнее и главный плюс холодного плавания – укрепление иммунитета.

Все эти встречи произвели на ребят большое впечатление. А в одной из школ на уроке литературы в сочинении «Герой нашего времени» многие ребята написали о понравившейся им всем пловчихе Елене Семёновой.

Мы устраиваем встречи и со спортсменами с ограниченными возможностями: участником Сурдоолимпийских игр Головановым Евгением Александровичем и победителем мирового первенства

для спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата Никитой Катуковым.

Эти встречи становятся откровением для подростков и служат примером мужества и упорства в достижении своей цели.

Занятия физкультурой и спортом для подростка должны стать каждодневной необходимостью. А для некоторых ребят занятия спортом становятся профессией.

Чтобы поближе познакомить ребят с профессией тренера, мы проводим в библиотеке «Спортивный день» профориентационной акции «Где родился, там и пригодился». На акцию мы приглашаем преподавателей и студентов «Ульяновского физкультурно-спортивного техникума Олимпийского резерва». Во время акции школьники знакомятся с литературой о спорте и здоровом образе жизни, участвуют в интерактивных беседах и психологических тренингах, направленных на профессиональное самоопределение. На встрече представители техникума рассказывают учащимся школ города Ульяновска об истории техникума, его образовательных программах, достижениях студентов. Зрелищным моментом акции всегда бывает «Мастерская навыков». Студенты представляют виды спорта, где добились высоких результатов: бокс, тхэквондо, гимнастика.

«Медицинский день» профориентационной акции с участием преподавателей и студентов Института медицины, экологии и физической культуры, Медицинского колледжа при Ульяновском Государственном университете, Ульяновского фармацевтического колледжа оказывает значительное влияние на формирование положительного отношения к здоровому образу жизни. Во время акции школьники становятся активными участниками различных познавательных площадок. Например, «Мастерская навыков» предоставляет возможность на муляжах оказывать первую медицинскую помощь: делать искусственное дыхание, повязки на голову, накладывать шину на ногу и т.д. Студенты учат школьников измерять давление, делать уколы.

В дальнейшем, студенты ссузов в качестве волонтеров приходят на наши мероприятия по здоровому образу жизни и проводят интерактивные занятия.

Особой популярностью среди подростков и молодёжи пользуется такая форма работы, как открытый микрофон «Новое поколение выбирает здоровье», где каждый желающий может высказаться в микрофон о своём отношении к здоровому образу жизни и придумать слоганы о спорте и здоровье. Совместно с читателями был записан профилактический видеоролик «Петь, читать, творить, лучше, чем курить!», где ребята и взрослые поют частушки на антитабачную тему.

Вот несколько крупных мероприятий:

- ✓ Социальная акция «Здоровый 21 век».
- ✓ Информационный марафон «Выбор в пользу жизни».
- ✓ День информации «Новому веку – здоровое поколение».
- ✓ Фестиваль здоровья «Время быть здоровым».

Также мы проводим: дни здоровья, беседы и обзоры книг о спорте, турниры знатоков, литературно - спортивные турниры, олимпийские квесты, уроки здоровья и другие мероприятия.

Брендом Ульяновской области является областной Агитпоезд «За здоровый образ жизни и здоровую, счастливую семью», который в 2005 году был инициирован Губернатором Ульяновской области Сергеем Ивановичем Морозовым.

Задача проводимой акции заключается в привлечении внимания к проблеме сохранения здоровья и пропаганде здорового образа жизни и семейных ценностей. Два раза в месяц «Агитпоезд» отправляется в определённое муниципальное образование. За год он объезжает всю область, где мы также реализуем различные акции и проекты (социальная акция «Читай не только для себя», просветительский проект «Семья от Я до Мы» и другие). Мероприятия агитпоезда – это мероприятия для школьников области, а также мастер-классы для районных специалистов, обмен лучшими практиками в сфере формирования здорового образа жизни. И мы как методический центр имеем прекрасную

возможность транслировать свой опыт нашим коллегам из муниципальных образований.

Мы уверены, что наша работа не пройдет даром и юные читатели смогут сохранить своё здоровье на долгие годы.

**Сотрудничество с Детским наркологическим центром ОБУЗ
«Ивановского областного наркологического диспансера»
Программа «ПОДРОСТОК»**

*Пивненко Евгения Юрьевна,
главный библиотекарь*

Ивановской областной библиотеки для детей и юношества

Подростковый возраст – это самый сложный период формирования личности, когда происходит интенсивное физическое и психическое созревание организма, формирование нового представления о себе, развитие самооценки. Существенное влияние на развитие личности в этот период оказывает полноценное общение подростка со сверстниками и взаимоотношения со взрослыми (основанные на его принятии), что является важной предпосылкой психического здоровья человека.

Но если подросток постоянно находится под воздействием непрерывно возрастающих стрессовых ситуаций, он не готов к их преодолению и страдает от их последствий. Сложные жизненные обстоятельства, неправильное семейное воспитание, низкий образовательный и культурный уровень окружающих, или просто невнимание со стороны родных, – всё это побуждает несформированную личность искать средства, помогающие уходить от тягостных переживаний. В данной ситуации на первое место выходит наркотизация подростков, злоупотребление алкоголем и различными видами психоактивных веществ. Ребята,

оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, попадают в «группу риска», они воспринимают пагубные пристрастия как восполнение дефицита любви и внимания. Происходит неуклонное «омоложение» наркомании, участились случаи употребления наркотиков детьми от 8-ми до 10-ти лет и младше.

Лечение и освобождение от наркотической зависимости – это целый комплекс медицинских и социальных мероприятий, дающих возможность формирования новых интересов, жизненных приоритетов.

В 2000 году в городе Иваново был открыт первый на тот момент в России детско-подростковый наркологический центр (сейчас – 5-е наркологическое отделение для лечения детей и подростков ОБУЗ «Ивановский областной наркологический диспансер»). Появление такого центра в нашем городе было обусловлено резким ростом наркологической патологии у подрастающего поколения. На сегодняшний день в нем оказывается консультативная, лечебная и профилактическая помощь детям и подросткам до 18 лет, страдающим наркологическими заболеваниями (алкоголизм, наркомания, токсикомания). Детский наркологический центр представлен поликлиникой (где осуществляется первичный прием и амбулаторное лечение больных) и стационарным отделением (где больные находятся круглосуточно).

Для психологической и социальной реабилитации наркозависимых подростков, специалистами учреждения используются психотерапевтические методики. Но нельзя рассматривать медикаментозное лечение как единственное средство борьбы с распространением наркомании.

Основной акцент в процессе лечения делается на тесном сотрудничестве врача-нарколога с психологом. В дальнейшем – в процессе реабилитации – к работе с пациентами подключаются педагоги, социальные работники, волонтеры и представители других организаций.

Наша библиотека также подключилась к процессу реабилитации юных пациентов диспансера. Мы в течение уже ряда

лет сотрудничаем с лечебным учреждением, проводя мероприятия для ребят на базе наркологического отделения, которые направлены на ресоциализацию девиантных подростков. С учетом актуальности данной проблемы нами была разработана программа «Подросток», направленная на популяризацию здорового образа жизни, формирование новой целостной личности и содействие преодолению зависимости. Рассчитана она на детей и подростков в возрасте от 10 до 18 лет, находящихся на реабилитации в детско-подростковом наркологическом центре.

Количество участников в группе варьируется от 4 до 15 человек (в зависимости от загруженности отделения и тяжести состояния здоровья пациентов). Занятия проводятся один раз в неделю, продолжительность одного мероприятия – от сорока пяти минут до полутора часов.

В рамках работы по программе мы проводим два блока мероприятий, которые можно отнести к первичной профилактике пагубных привычек.

- Информационно-просветительский блок включает в себя:
 - подготовку и распространение наглядных информационно-разъяснительных материалов (листовки, памятки, закладки о здоровом образе жизни);
 - организацию выездных тематических выставок литературы из фонда библиотеки; (кстати, в центре уже собрана своя небольшая библиотечка, часть книг и журналов из которой подарена нашей библиотекой);
 - проведение конкурсов и организация выставок рисунков и плакатов, главной темой которых является привлечение внимания общественности к проблемам наркомании и алкоголизма.
- Практический блок предполагает организацию мероприятий по различным направлениям:
 - Пропаганда здорового образа жизни. Беседы о здоровом образе жизни и безопасном поведении, обзоры книг и периодических изданий.

Ребята отмечают, что когда взрослые проводят с ними беседы, то чаще всего они носят характер нравоучений и запретов. А им бы

хотелось больше говорить о том, как надо строить свои отношения с лицами противоположного пола, понять, почему люди тянутся к алкоголю, курению и наркотикам, как противостоять соблазнам и давлению, чем можно заменить асоциальный образ жизни. Поэтому беседы иногда у нас проходят в форме игры, где подростки учатся отстаивать свое мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны сверстников и взрослых.

Каждый человек сам выбирает, чем ему заниматься в жизни, и поэтому необходимо знакомить ребят с широким спектром альтернатив пагубным привычкам, рассказывать о спорте, творчестве, хобби, путешествиях и множестве других занятий, отвлекающих от алкоголя и наркотиков, подчеркивать пользу здорового образа жизни. Такие беседы для ребят не должны быть очень длинными и нравоучительными.

- Творческие занятия – неотъемлемая составляющая воспитания и обучения, они помогают ребятам преодолеть психологическую зависимость, дают возможность самовыражения.

У каждого человека есть способности и потребности в творческой деятельности, но часто они остаются нереализованными (в силу каких-то обстоятельств).

Именно через такие занятия ребята могут наиболее полно раскрыться, искусство помогает приобрести психическую устойчивость, развить активность.

Подростки реализуют свои творческие способности, пробуя свои силы в рисовании, а те, у кого не получается рисовать, составляют картины из пазлов, принимают участие в прикладных мастер-классах (создание гравюры, плетение фенечек, пластилинография, и др.).

Каждый раз, когда мы приходим в наркологический центр к ребятам на занятия, то всегда смотрим на обстановку и состояние здоровья подростков, находящихся на реабилитации. Если они вялые, сонные, или еще находятся под воздействием лекарств после процедур, то, конечно, никакой продуктивной работы у нас не получится при проведении беседы или мероприятия. В таком случае мы с ними просто играем в настольные игры. Такие

досуговые мероприятия помогают ребятам улучшить навыки общения, освоить новые виды деятельности. Настольные игры становятся все более популярными среди представителей разных поколений, и особенно – у молодежи.

Игра – одна из уникальных форм деятельности – доказала свою эффективность в качестве коррекционно-развивающего инструмента, она способствует благоприятному развитию эмоциональной сферы подрастающего поколения. Подростки с удовольствием играют в ассоциативные, коммуникативные, словесно-ролевые игры, в которых у играющего развиваются актёрские способности, дар убеждения, лидерские качества, формируются навыки эффективного невербального общения (участники игры учатся чувствовать других людей, понимать их без слов).

Но если ребята отказываются играть, зажатые, чувствуют себя неуверенно, то мы ни в коем случае не настаиваем. Предлагаем посидеть рядом, посмотреть. И немного позже, когда подросток познакомится с игрой поближе, узнает правила, то включается в нее. Так как мы приносим на занятия несколько игр, то у ребят есть выбор, и если они не хотят, предположим, играть в коммуникативные или словесно-ролевые игры, мы предлагаем им интересные игры с фишками и кубиками.

Кроме этого, необходимо учитывать состояние, в котором ребята находятся, и поэтому игры, требующие внимания, сосредоточенности и усидчивости для них не подходят, поэтому мы выбираем игры, которые рассчитаны на небольшой промежуток времени (10-15 минут).

На этих занятиях наша задача заключается в объяснении правил, создании непринужденной атмосферы в группе, которая позволяет раскрепоститься и дает возможность свободно выражать мысли, чувства и намерения.

Такие досуговые мероприятия способствуют развитию внимания, учат соблюдать определенные правила, организовывать собственную деятельность. С их помощью можно спроектировать и разыграть какую-либо неформальную ситуацию, которая может

произойти в реальной жизни, где подросткам необходимо самим предлагать выходы и принимать собственные решения, критически оценивать ситуацию, сопротивляться групповому давлению и регулировать свое эмоциональное состояние в стрессовых ситуациях.

В завершение я хочу сказать, что опыт проведения занятий показывает, что несовершеннолетние с интересом включаются в такие мероприятия, участвуют в конкурсах, играют, во время бесед участвуют в дискуссиях, разбирают различные ситуации и отвечают на вопросы. Они дети, которые нам доверяют. Но, как известно, дети учатся жить у жизни. Для того, чтобы они не искали средства (алкоголь, наркотики), помогающие уходить от тягостных переживаний, нам, взрослым, нужно уделять им больше внимания, разговаривать с ними. Ведь если ребенок живет в понимании и дружелюбии – он учится находить любовь в этом мире, верить в людей, ценить себя, понимать других и быть справедливым.

**Совместная деятельность библиотеки
и общественных объединений по профилактике
терроризма и экстремизма в молодежной среде**

*Матвеева Евгения Сергеевна,
главный библиотекарь
Детской библиотеки им. А.П. Гайдара ЦСДБ г. Ярославля*

Ни для кого не секрет, что молодежь более восприимчива к экстремистской и террористической идеологии, чем старшее поколение. Это обусловлено многими факторами: возраст, недостаток жизненного опыта, отсутствие четкой системы ценностей.

На молодежь легко влиять негативно, но также легко и позитивно. Позитивная профилактика – это самый лучший подход, который позволяет через развитие личности формировать установки на здоровый образ жизни и конструктивное поведение – без запугивания и шокирующего эффекта. Лучше не

демонстрировать, как не надо делать, а направлять молодежь на социально значимую деятельность, на получение знаний, умений и навыков нормативного функционирования в обществе.

При решении любой социальной проблемы должны быть задействованы самые разные субъекты профилактики: школа, семья, центры детского творчества, досуговые секции и, конечно, библиотеки.

Библиотеки всегда уделяли большое внимание вопросам профилактики. Это серьезный кропотливый труд. Порой не хватает временных ресурсов, чтобы охватить большее количество человек. А также есть проблема в выборе новых форм и методов профилактики. На помощь приходят волонтеры.

Так на базе Детской библиотеки им. А.П. Гайдара действуют два общественных объединения: подростковый клуб «Лидер» и Ярославская молодежная общественная организация «Районный волонтерский союз» Заволжского района. Основная цель деятельности этих объединений: создание условия для самореализации подростков и молодежи с учетом социальных, экономических, правовых и иных потребностей общества.

Наши волонтеры выступают главными помощниками в реализации библиотечных мероприятий самой разной направленности: патриотической, творческой, социальной.

Такое сотрудничество позволяет молодежи раскрывать свои лидерские, организаторские способности, а нам проводить наиболее актуальные и качественные мероприятия.

Если молодежь хорошо подготовить, дать знания по разным вопросам, обучить организаторским навыкам, они могут сами выступить полноценными разработчиками любого молодежного мероприятия.

Здесь помогают семинары, психологические часы, мастер-классы, летние лагеря актива. Но самое главное – практика, то есть привлечение к организации мероприятий, выполнение организаторских функций, сначала небольших, а потом более важных. Так в них закладывается ответственность за всё происходящее на мероприятиях и понимание дела.

Наша библиотека уже не первый год работает с активом старшекласников, студентов, с молодежными общественными организациями и движениями.

Также мы активно сотрудничаем с отделом по делам несовершеннолетних и защите их прав Заволжского района, управлением по молодежной политике мэрии города Ярославля, центром патриотического воспитания, Ярославской областной наркологической клинической больницей и другими учреждениями.

В результате совместной деятельности волонтеров и библиотеки профилактика работает дважды: во-первых на самих волонтеров формируя в них ответственное отношение к жизни, своим поступкам, действиям, а во-вторых, на молодежь, которую мы охватываем своими мероприятиями.

Итак, какие мероприятия вместе с волонтерами мы провели:

1) Районная акция к Международному дню детского телефона доверия, который отмечается 17 мая. В этот день во всех школах России проводится специальный урок, посвященный телефону доверия. Он проходит под девизом «Дети говорят телефону доверия «Да!» Библиотека Гайдара также ежегодно проводит такую акцию совместно с отделом по делам несовершеннолетних и защите их прав Заволжского района. Мероприятие мы начинаем с психологического тренинга, который проводит подготовленный специалист – психолог, раскрывая для молодежи тему доверия, открытости, определение путей решения наболевших проблем, подводя разговор к тому, что один из вариантов поделиться своей проблемной ситуацией является звонок по телефону доверия. Завершается мероприятие уличной акцией, флешмобом, раздачей листовок.

2) Круглый стол для активистов Заволжского района «У терроризма нет будущего». На этом мероприятии собираются самые активные волонтеры, чтобы поделиться найденной информацией по обозначенной теме. Свои материалы они представляют в виде докладов, презентаций, коротких видеороликов, социальной рекламы, фотовыставки и в других

вариантах. Мы в свою очередь готовим список вопросов для обсуждения данной темы. Главная задача такого мероприятия проговорить все возможные варианты угрозы жизни и здоровью человека и предупредить их возникновение. Поэтому итогом таких полезных встреч становится памятка по профилактике терроризма, которую мы позже можем использовать в работе с подростками, молодежью, а также фото и видеоматериалы.

3) В этом году мы провели несколько массовых мероприятий в школах Заволжского района «Терроризм не имеет границ» для учащихся 7-8-х классов, использовали материалы, подготовленные молодежью. В частности показывали видеоролик, посвященный событиям в Беслане и памятной дате 3 сентября.

4) Час профилактики «Экстремизм в молодежной среде. Формы и проявления». Цель мероприятия - определение возможных форм участия ребят в противодействии распространения терроризма, вандализма и политического экстремизма, по профилактике этих негативных явлений в молодёжной среде. Во время одной из встреч у нас сложилась интересная дискуссия с подростками по теме «Экстремизм и молодежь».

Ведущий задавал ребятам вопросы: Почему именно молодые люди становятся основными проводниками экстремистских умонастроений? Как можно бороться с экстремизмом? Также очень показателен был тест на определение уважения к чужому мнению. В итоге мы выяснили, что ребята плохо владеют информацией, агрессивно по отношению друг к другу настроены, зачастую не способны уступать и проявляют неуважение к иному, отличному от своего, мнению. То есть работы у нас у всех ещё очень много.

5) Час проблемных вопросов «Я выбираю жизнь» для учащихся 6-8-х классов школ Заволжского района. Современному человеку живется гораздо беспокойнее, чем его предкам. Резкое увеличение объема информации дает ему возможность больше знать, а, следовательно, и иметь больше поводов и причин для волнений и тревог. У большинства людей наблюдается повышение уровня тревожности, связанного с локальными войнами,

увеличением числа катастроф, техногенных и естественных, в которых масса людей получают физические и психические травмы или просто погибают. Никто не застрахован от попадания в такие ситуации.

Для человека естественен страх смерти, физических и психических увечий. Но в обычных условиях этот страх находится в подавленном состоянии и не осознается. Когда человек попадет в опасную ситуацию или становится ее очевидцем, то подавленное чувство страха выходит на сознательный уровень, значительно повышая общий уровень тревожности. Мы говорим с подростками о том, как справиться со своими тревогами, страхами, стрессами, стать более уверенными в себе.

6) Урок безопасности «Правила, которые спасут жизнь» для дошкольников и младших школьников. Со школьниками работа ведется систематически. Основная цель проговорить с ребятами правила безопасности в общественных местах, дома, на улице.

7) Также со школьниками мы говорим на тему нравственности и толерантного отношения друг к другу. Только в этом году для почти 500 человек мы провели мероприятие на тему: «Жить в мире с собой и другими». Главная цель таких встреч - формирование у подростков толерантного сознания, терпимого отношения к людям разных национальностей, уважения к их языку, культуре, традициям, обычаям, вероисповеданию.

8) Также по теме толерантности мы проводили открытый районный фестиваль «Я, ты, он, она – народов дружная семья».

В программе фестиваля: знакомство с культурами народов России, представление национальных костюмов, народные песни и танцы, национальные игры, выставка «Самые красивые виды народного искусства» и многое другое.

9) Ежегодно для школьников мы проводим уроки-предупреждение «Нам не страшен Интернет», «Жизнь в сетке» и призываем ребят окружить себя реальными друзьями, научиться использовать Интернет с пользой для учебы, самообразования и любимых увлечений. Ведь тот, у кого много друзей, у кого есть любимое занятие, вряд ли окажется в онлайн-западне.

Информацию для проведения данных мероприятий, а также раздаточный материал (буклеты «Детки в сетке» и «Безопасность в Интернете») предоставляют отдел по делам несовершеннолетних и защите их прав и Ярославская областная наркологическая больница,

10) Обучение волонтеров – одна из приоритетных задач любой молодежной организации, а если эта организация находится при библиотеке, значит это задача библиотеки.

Наши волонтеры ежегодно принимают участие в Добровольческом форуме, где в течение целого дня с ними работает целая группа первоклассных специалистов по разным направлениям, в том числе по профилактике.

Такое мероприятие проводится в декабре и посвящено Международному дню добровольца (5 декабря).

В заключение своего выступления я хотела бы отметить, что работа по профилактике экстремизма и терроризма очень сложная и требует сосредоточенности и хорошей подготовки, не всегда хватает собственных знаний и сил, поэтому буду рада сотрудничеству со всеми заинтересованными участниками встречи. Благодарю за внимание!

Направления - традиционные, форматы – молодежные

*Новых Татьяна Николаевна,
заведующий Библиотечно-информационным
юношеским центром им. В.Ф. Тендрякова
Вологодской областной универсальной научной библиотеки*

Библиотечно-информационный юношеский центр им. В.Ф. Тендрякова практически уже 4 года входит в состав Вологодской областной универсальной научной библиотеки. В центре работают 4 человека: заведующий отделом и три главных библиотекаря. В государственное задание входят традиционные направления работы: продвижение книги и чтения, патриотическое воспитание, правовое просвещение, краеведение, профориентация и другие.

На планерках отдела мы всегда бурно обсуждаем, как провести то или иное мероприятие, какую форму выбрать, будет ли она интересна молодежи. И сейчас я попытаюсь представить из огромного количества событий несколько самых интересных и ярких, направленных на создание в библиотеке не только творческого и позитивного, но и интеллектуального досуга.

Начнем с темы сегодняшней конференции: с работы с подростками, находящимися в конфликте с законом. Второй год подряд мы работаем в рамках программы Фонда «Не оступись!» комплекса мер Вологодской области по организации продуктивной социально значимой деятельности несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом, «Республика ШКИД (Шаг к Инициативе и Добру)». В центре нашего внимания – обучающиеся Вечерней школы № 1 г. Вологды. Цель сотрудничества – проведение игры «Вологодский клад». Но, контингент данной школы для нас очень сложный, с такими ребятами сразу «в бой» не пойдешь, их необходимо серьезно подготовить. Первым этапом стало проведение тренингов на командообразование. Здесь – библиотекарь для них не авторитет, поэтому в качестве ведущих в этом году приглашены даже не психологи, а бизнес-тренеры. Они сразу удивили ребят, а потом стали для них лидерами. Например, Наталья провела все лето на ледоколе, а Роман рассказал о своей фирме и призвал их не просто просиживать время в гаджетах, а попробовать себя в профессии таргетолога. И уже к концу первого тренинга никто не отсиживался, не прятался за спины товарищей, все активно выполняли задания. А на второе занятие пришли в библиотеку в полном составе и без педагога. Сейчас цикл тренингов продолжается, а следующим этапом подготовки к игре станет знакомство с историей и культурой Вологды через экскурсии. И финальную точку проекта в конце года поставят библиотекари проведением игры.

Продолжаем говорить о краеведении. В сентябре этого года состоялась Областная молодежная краеведческая квест-игра «Моя Вологодчина». Что такого, скажете вы, в квесты сейчас не играют только самые ленивые. Но эта игра особенная - юбилейная, уже 10

лет подряд она не теряет популярности, с каждым годом увеличивается количество команд, станций, участников из районов области. Сегодня в выступлении подготовительная работа и технология проведения квеста останутся за кадром, а на экране – впечатления участников.

Заслуживает внимания и библиотечное международное движение – посткроссинг. Его мы уже в течение нескольких лет активно используем для продвижения творчества писателей-земляков. Самым масштабным событием проекта «Владимир Тендряков: перезагрузка» стал Всероссийский посткроссинг, посвященный 95-летию со дня рождения Владимира Федоровича Тендрякова.

Были созданы оригинальные почтовые открытки с цитатами из произведений писателя, содержащими нравственный посыл к молодёжи. В течение года они разлетались по разным городам России, привлекая внимание к творчеству Владимира Тендрякова в год его юбилея. Чтобы получить открытку, нужно было написать свой почтовый адрес в сообщениях группы «Библиогурман» в социальной сети ВКонтакте. После получения открытки участку акции предлагалось сделать с ней фото и написать пост в социальных сетях с хэштегом [#ВладимирТендряков2018_перезагрузка](#). Партнером акции выступила Почта России, которая безвозмездно предоставила марки.

С уверенностью можно сказать, что публикации о В.Ф. Тендрякове были самыми популярными среди литературных постов в социальных сетях. И наша цель оказалась достигнутой – люди доставали с полок книги Тендрякова, читали не только цитаты на открытках, но и сами произведения.

Пользуется успехом у молодежи акция открытого чтения «Прочитай Рубцова». Приходят сразу целыми классами, группами. Акция – это не конкурс, поэтому здесь есть небольшой минус: организаторам и участникам приходится слушать стихи не всегда в хорошем исполнении, но на него закрываем глаза за смелость подойти к микрофону, за причастность к творчеству поэта.

Беседы о продвижении книги и чтения уже не приносят должного результата. А вот общение со сверстниками, да еще из другого города или страны привлекает внимание. С 2018 года Юношеский центр вместе с Челябинской областной библиотекой для молодежи и Донецкой республиканской юношеской библиотекой работает по международному сетевому проекту «Страницы большой жизни», организатором которого выступает Липецкая областная юношеская библиотека. Раз в квартал проводятся онлайн встречи школьников, посвященные писателям - юбилярам. Школьникам приходится старательно готовиться к каждой игре, а вот библиотекарям проекта - только один раз.

Еще одной из разновидностей молодежных игр является энкаунтер. Encounter — это интерактивная командная реально/виртуальная игра, с элементами логики и риска. Юношеский центр им. В.Ф. Тендрякова и клуб интеллектуально-поисковых игр Вологодского государственного университета «Stud_Game» уже в течение нескольких лет успешно реализуют интернет-проект «Межбиблиотечный энкаунтер». Организаторы к каждому мозговому штурму готовят уникальные задания разной интеллектуальной сложности в форме вопросов, ребусов, викторин, шифров, связанные с теми или иными событиями. Игры проходят на базе библиотек области и России.

Немного о квизах. Они у нас проходят также в двух режимах – офлайн и онлайн. Например, в сентябре мы провели международную онлайн квиз-игру «Игры разума» между командами старшеклассников Вологды и Могилёва (Республика Беларусь). Партнером мероприятия выступила Детская библиотека-филиал № 2 г. Могилева. В ходе шести раундов игроки отвечали на различные текстовые, музыкальные и видео вопросы: о Могилёве и Вологде, о современных популярных музыкальных клипах и фильмах, о литературе и искусстве, новинках виртуальной паутины. Вопросы, близкие современной молодёжи — из мира музыки, кино и Интернета, обе команды, что называется, «щёлкали, как орешки».

Чтобы понять, что нужно молодежи, не нужно никаких опросов — это очень формально и малоинформативно. Мы просто

предложили молодым людям самим придумать проект и реализовать его в библиотеке. И это сработало!

Так в сентябре 2017 года на базе Юношеского центра образовался Молодежный читательский совет. И теперь каждый четверг наш отдел наполняется какой-то особой непринужденной атмосферой: слышны громкие голоса, смех, звуки гитары... Это собираются старшеклассники и студенты, обсуждающие то или иное произведение или программу предстоящего мероприятия.

Сначала их было всего несколько человек – одни девчонки, но с каждой следующей встречей творческий молодежный коллектив становился все больше и больше, стали приходить в библиотеку и молодые люди. В настоящий момент в составе совета уже более 20 участников.

Продвижением Читательского совета молодежь занимается сама. Молодежным советом самостоятельно уже проведено более 50 мероприятий. Например, литературный вечер «Быть поэтом – это значит...», посвященный творчеству Сергея Есенина, собрал около 100 посетителей. Это было самое первое мероприятие Совета. Согласитесь, что не всегда даже опытному библиотекарю удается собрать такое количество неорганизованной молодежи (классов с педагогами здесь не было). В чем же причина успеха? Во-первых, это личность поэта, творчество которого пользуется популярностью у школьников и студентов. Во-вторых, слушателей привело опять же любопытство, ведь в пресс-релизе было отмечено, что проводит мероприятие какой-то неизвестный Молодежный читательский совет. А что это такое? В-третьих, были активно задействованы социальные сети: через них проходила регистрация слушателей, чтецов и музыкантов. И после успешно проведенного мероприятия активно заработало «сарафанное радио». На презентациях проекта на различных площадках нередко звучало: «Слышали про ваш Молодежный совет – прикольная движуха». Это значит, что наши ребята уже закрепили свое «место под солнцем», и этим местом стала именно библиотека, где они не только нашли площадку и поддержку среди сотрудников, но и стали командой.

Эти ребята – наши самые активные помощники в проведении крупных городских, областных и всероссийских мероприятий: уличная акция «Читай, город», Всероссийских акций «БиблиоНочь» и «Бегущая книга». Проект будет развиваться, так как он показывает, что современная библиотека способна вписаться в систему ценностей и предпочтений молодёжи.

Ребята сами активно принимают участие в разных конкурсах, городского областного и всероссийского масштаба. И представляют свою работу всегда достойно. Самой значимой стала победа во Всероссийском конкурсе «Лучший молодежный волонтерский проект в библиотеке». Проект Молодежного читательского совета «Я — библиотекарь будущего» занял 2 место в номинации «Лучший личный опыт культурного волонтерства в библиотеке».

А буквально в эту субботу они едут в с. Верховажье, представлять нашу библиотеку на «Поэтическом ринге».

К сожалению, формат одного выступления не позволяет рассказать о многогранной работе Юношеского центра им. В.Ф. Тендрякова с молодежью. Все наши новости, проекты, конкурсы размещены на сайте - tendryakovka.ru. С анонсами мероприятий можно познакомиться в группе «Библиогурман» - <https://vk.com/bibliogurman>.

В заключение хочется сказать, что наша модель взаимодействия с молодежью строится по принципу «мы работаем для молодежи вместе с молодежью». И это действительно здорово!

Психологическая поддержка молодежи в библиотеке: опыт Волгоградской областной библиотеки для молодежи

*Дзюба Динара Равильевна,
психолог Центра САМ
Волгоградской областной библиотеки для молодежи*

Прежде чем поделиться опытом проделанной работы, нужно разобраться в некоторых важных понятиях, а именно: кто такой

психолог, что он может делать в библиотеке. Психолог – специалист, получивший психологическое образование. Психолог не является медиком, поэтому не выписывает лекарств. Психолог работает с психически здоровыми людьми, которым требуется помощь в разрешении таких проблем, как: трудности в общении, неуверенность в себе, трудности в принятии решения, выборе профессии, конфликты в коллективе; развод, потеря близкого человека и многое другое.

Что делает психолог в библиотеке?

Прежде всего, проводит индивидуальные консультации, занимается психодиагностикой по запросу клиента.

Профессиональное самоопределение – важная часть жизни подростка; перед старшеклассниками встает выбор дальнейшего жизненного пути, и молодежная библиотека помогает в этом. Психолог владеет необходимыми знаниями и методиками, чтобы вести профориентационную работу с подростками.

Также в работу психолога в библиотеке входит организация психологических занятий с элементами тренинга для проработки актуальных состояний, налаживание коммуникативных компетенций и выстраивание гармоничных отношений в коллективе.

Важной частью работы психолога является методическая работа. Психолог проводит лекции, семинары по запросу образовательных учреждений; консультирует педагогов и других специалистов, работающих с детьми и подростками, по особенностям возрастного развития, этапам становления, возрастным кризисам и другим актуальным темам. Психолог также оказывает неоценимую помощь библиотечному коллективу в решении внутренних проблем, конфликтных ситуаций, помогает справляться со стрессами и профессиональным выгоранием, развивать в себе творческие способности.

Возможно также проведение коррекционных и развивающих занятий в библиотеке для отработки разнообразных компетенций: от выступления на публике до коррекции отношения к школе.

Кроме того, психолог в качестве эксперта может принимать участие в организации и проведении библиотечных мероприятий.

Центр социальной адаптации молодежи (далее именуемый как Центр САМ) был создан в Волгоградской областной библиотеке для молодежи в 1993 году с целью помощи подросткам и молодежи в адаптации к быстро меняющимся социально-экономическим условиям жизни. В библиотеке для читателей был сформирован фонд психологической литературы, включающий 2000 книжных единиц: монографии ученых-психологов, учебную литературу, классические работы и популярные психологические пособия; журналы «Вопросы психологии», «Мир психологии», «Школьный психолог», «Психология», «Наша психология» и другие.

Психологи Центра САМ проводят с молодыми пользователями библиотеки, библиотекарями и педагогами групповые психологические занятия, встречи в режиме тренинга; занимаются со школьниками компьютерной диагностикой по выбору профессии и ведут индивидуальное психологическое консультирование для всех, кто в этом нуждается. В Центре САМ всегда открыты двери для всех, кому не хватает интеллектуального общения, кому интересно самопознание и саморазвитие, кто ориентирован на то, чтобы сделать свою жизнь максимально насыщенной, используя все свои возможности и способности.

С 2011 года в библиотеке действует Клуб молодежного общения «Психология+». Участники клуба получают:

- ✓ теоретические знания по психологии,
- ✓ практические советы и рекомендации,
- ✓ принимают участие в психологических играх, тренингах, упражнениях под руководством опытного психолога.

Участниками клуба являются молодые люди и девушки от 16 до 30 лет. Встречи в клубе проходят 1-2 раза в месяц, по воскресеньям.

За 8 лет существования клуба «Психология+» участники клуба обсуждали стрессы и обиды, гордость и разочарование, конфликты и умение любить, закрывали гештальты, выстраивали личностные границы, меняли свое мышление в сторону позитивного, учились

принимать себя и своих «врагов», развивали эмпатию и эмоциональный интеллект, сочиняли терапевтические сказки и истории, заглядывали в глубины своего бессознательного.

В 2019 году в рамках клуба «Психология+» проводится цикл встреч, посвященных Году театра в России – «Когда снимаются маски». Арт - терапевтические методы, дискуссии, мини-лекции и разнообразные психологические упражнения – то, чем наполнено содержание каждой встречи.

Например, встреча «Выбираем роль» была посвящена социальным ролям, которые присущи каждому человеку – мать или отец, дочь или сын, сестра или брат, ученики, коллеги по работе и многие другие роли, которые есть у каждого из нас. Благодаря занятию участники смогли проиграть свою роль и посмотреть на роли других со стороны.

Встреча «Человек – театр субличностей¹» была посвящена пониманию термина субличность. Участники разбирали, как субличность влияет на повседневную жизнь; арт-терапевтическая составляющая занятия помогла каждому участнику описать свои субличности, лучше понять, как они их видят, и какими они представляются со стороны.

Занятие «Жизнь на кураже» помогло всем желающим раскрыть свой внутренний потенциал. Участникам было предложено представить свою жизнь свободной от оков страхов, которые мешают им исполнить свое заветное желание. Ведь кураж – это счастье жизни, это творческие возможности и ощущение собственной компетенции и силы.

Благодаря таким упражнениям участники могут лучше понять себя, осознать свои сильные и слабые стороны, понять, над чем нужно работать, чтобы изменить свою жизнь к лучшему.

¹ Субличность – это популярная психологическая метафора, говорящая о том, что внутри вашей большой личности есть много маленьких живых существ, много маленьких личностей. Называние личностных особенностей субличностью дает возможность работать с ними как с живыми существами: воевать с ними, разговаривать с ними, договариваться... Субличности - другое название личностных особенностей, желаний, стремлений и привычек. – Режим доступа: <https://www.psychologos.ru/articles/view/sublichnost>. – Дата обращения: 17.10.2019.

Активно ведется работа в клубе «Психология+» по обучению конструктивному переживанию эмоций. С 2018 года проходит цикл встреч «Сильные эмоции», на которых участники развивают свой эмоциональный интеллект, т. е. учатся определять и конструктивно проживать сильные эмоции: обиду и чувство вины, гнев и страх и т.д. Эта та часть жизни, которая с нами всегда: мы злимся, печалимся или радуемся каждый день. И зачастую неспособность контролировать сильные эмоции серьезно осложняет нашу жизнь. Как выразить чувства? Как направить их в нужное русло? И, самое главное, как преодолеть сложный период в жизни, который и послужил причиной рождения гнева или печали? Эти вопросы активно обсуждаются, выполняются психологические упражнения, прорабатываются актуальные ситуации по запросу.

С 2007 по 2013 год в Центре САМ работал клуб для старшеклассников «Инсайт». В рамках работы клуба проводились групповые дискуссии, ролевые игры, упражнения и мини-лекции, направленные на профилактику девиантного поведения подростков, формирование навыков ответственного поведения, выстраивание открытых, безопасных отношений со сверстниками и взрослыми.

В настоящее время работа со школьниками продолжается в рамках «Психологической мастерской». Центр САМ активно сотрудничает со школами г. Волгограда, с детскими библиотеками, проводит для подростков как занятия на территории библиотеки, так и выездные встречи. Два последних цикла занятий в «Психологической мастерской»: «Школа лидера: готовим чемпионов» и «Герои как люди».

Первый посвящен значимому событию – Чемпионату мира по футболу FIFA 2018. Это занятия с элементами тренинга, где подростки учились ставить реалистичные и достижимые цели, проявлять лидерские качества.

«Герои как люди» – цикл психологических занятий с элементами библиотерапии. Психологические типы и характеры становятся подросткам ближе и понятнее, если иллюстрировать их литературными персонажами: героями О'Генри, М. Твена, Р. Даля и других писателей.

Большой популярностью у школ г. Волгограда пользуются групповые занятия с элементами тренинга. Всегда актуальны такие темы, как: общение и его особенности; командообразование в классе; особенности передачи информации; упражнения на тренировку памяти и внимания и многое другое.

Активно развивается группа ВКонтакте с одноименным названием «Центр САМ», где мы публикуем не только актуальные новости, связанные с грядущими событиями и психологическими занятиями, но и рассказываем о психологической литературе из фонда библиотеки, знакомим со значимыми датами и событиями из истории психологии. И, конечно же, отвечаем на вопросы клиентов. Уже в 2019 году психологи Центра САМ начали осуществлять онлайн-консультирование для всех желающих (посредством программы скайп).

На 2020 год запланирован старт проекта «Точка встречи: здесь и сейчас». В рамках проекта предполагается создать психологическую службу молодежной библиотеки в режиме онлайн, проводить индивидуальные и групповые консультации с читателями библиотек Волгоградской области по скайпу. Также планируется проведение вебинара «Библиотерапия как путь к себе» для библиотечных специалистов г. Волгограда и Волгоградской области и сотрудников психологических отделов и служб библиотек России.

Еще одной важной составляющей работы специалистов Центра САМ является методическая деятельность. Психологи Центра САМ принимают участие в издательской работе библиотеки, готовят письменные консультации, сборники психологических упражнений и дайджесты по актуальным вопросам и направлениям психологической работы с читателями. Также специалисты Центра САМ проводят психологические занятия с сотрудниками Волгоградской областной библиотеки для молодежи, библиотек г. Волгограда и Волгоградской области, с педагогами образовательных учреждений.

В 2019 г. для специалистов Централизованной системы детских библиотек г. Волгограда реализуется цикл встреч, в рамках

которого психологи Центра САМ помогают библиотекарям решить важные для себя задачи и найти ответы на вопросы, регулярно возникающие в рабочем процессе. Как вести себя в сложных ситуациях? Как реагировать на хамство? Как нормализовать своё собственное психосоматическое состояние и как настроиться на творческую и плодотворную работу? Когда работаешь с людьми, а тем более – с детьми и подростками, собственное хорошее самочувствие, психологическая устойчивость играют особенно важную роль. В данном случае, помогая библиотекарям, мы опосредовано оказываем психологическую поддержку их юным читателям. Ведь очень часто именно от личностных качеств библиотекаря зависит желание ребенка, подростка приходить в библиотеку. Библиотекарь – тот взрослый человек, который может и должен услышать, направить своего юного читателя в сложном мире переживаний посредством книг – это одна из основ библиотерапии.

В ближайших планах Центра САМ – долгосрочное и планомерное сотрудничество с преподавателями Школы иностранного языка «ЧУДО». На 2020-й год запланирован цикл групповых психологических занятий и семинаров для учителей «Уроки для учителя».

Взаимодействие психологов с детьми и их родителями вносит неоценимый вклад в культурное воспитание современной молодежи. И библиотека является для этого прекрасной площадкой!

Специалисты Центра САМ всегда открыты для сотрудничества!

Наши контактные данные: +7 (8442) 94-45-44 <http://vobm.ucoz.ru/>

Адрес : [Череповецкая ул., 1, Волгоград](#)

ВК группа библиотеки: https://vk.com/vobm_vlg

ВК центр САМ: <https://vk.com/club30350029>

Психологические игры в работе с социально-незащищенными подростками

*Сорокина Галина Михайловна,
психолог Самарской областной юношеской библиотеки*

В рамках программы «Психологическая поддержка молодежи» я провожу игры для детей из реабилитационных центров. Хочу рассказать о двух играх, которые часто использую и которые всегда вызывают большой интерес подростковой аудитории.

- Ролевая игра, выявляющая установки общения и корректирующая их «Однажды в созвездии Лебеда» (автор Игорь Вачков, опубликована в журнале «Школьный психолог», № 15/2002)

- Ролевая игра на формирование социально одобряемых жизненных ценностей «Остров сокровищ» (автор Наталья Федотова, опубликована в журнале «Школьный психолог», № 2/2010)<http://www.1september.ru/>

Подростки обычно быстро и охотно включаются в игру и бывают очень активны и заинтересованы при обсуждении ее результатов. Именно вовлеченность в процесс игры, наглядность ее результатов снимает у подростков напряжение при обсуждении сложных морально-нравственных и этических вопросов. Темы, затрагиваемые в играх, не всегда обсуждаются подростками между собой и в семьях или учебных учреждениях напрямую. Вопрос жизненных ценностей, тем не менее, каждый подросток, рано или поздно должен решить для себя.

При организации игр важно использовать хотя бы минимальное количество оформляющих материалов, помогающих участникам войти в роль. Это могут быть бейджи с ролями, предметы, условно представляющие игровую реальность. Кроме предметов можно использовать небольшие презентации, иллюстрирующие сюжет, соответствующую музыку. Игровые предметы и презентации позволяют участникам быстрее и глубже погрузиться в игровую ситуацию, принять условия игры, помогают участникам вжиться в игру.

«Однажды в созвездии Лебеда» И. Вачкова - это интерпретация известной американской игры «Красное и черное»

необихевиористов Д. Тибо и Г. Келли, которые создали объяснительную схему, в рамках которой отношения людей рассматривались с точки зрения их психологической целесообразности и выгоды для участников. Естественно, что все теоретические построения укладывались в универсальную схему «стимул — реакция». Внутри каждого человека существует некоторый «психологический счетчик». С его помощью мы пытаемся оценить результаты общения, определяя его исход — это сумму вознаграждений и потерь.

Сюжет игры «Однажды в созвездии Лебедя» состоит в выборе, который должны сделать две команды космических разведчиков при одновременном приземлении на вновь открытую планету - выйти на переговоры или открыть огонь по другой команде – представителю соседней, не находящейся в состоянии войны, цивилизации. Баллы при обоюдном открытии огня начисляются отрицательные. При обоюдном согласии на переговоры – положительные. Если одна команда выходит наружу для переговоров, а другая открывает по ней огонь, то первая команда несет потери и получает отрицательные баллы (больше, чем при встречном огне), вторая – положительные (больше, чем при взаимном выходе на переговоры). Цель игры – набрать положительное число баллов и улететь с планеты. При отрицательном количестве баллов, независимо от того, сколько набрала вторая команда, космические разведчики не могут улететь с планеты и обречены на гибель.

Для проведения игры была подготовлена небольшая презентация, с изображениями космических путешествий, соответствующей музыкой и правилами игры. В конце этой презентации изображены возможные результаты игры – разрушенные корабли или взлетающие, показывается тот слайд, который соответствует исходу игры. Группа делится на команды с помощью слепого выбора бейджиков. Каждая команда получает бланк со справочной информацией.

Игра проводилась не только в реабилитационных центрах, но с учениками 8-10 классов и студентами первых курсов колледжей,

более 20 раз за последний год. Результаты игр были такими: обе команды проиграли - приблизительно в 80 % случаев, выиграла одна и проиграла другая - меньше 20 %. И ни разу не получилось выиграть обеим командам, что, собственно и является оптимальным исходом данной игры.

Главный этап игры – это обсуждение ее результатов. Обсуждение всегда проходит очень эмоционально, все хотят высказаться. Обычно обсуждение начинается с обвинений друг друга в нечестности и всех других смертных грехах, а затем ребята приходят к выводу о том, что они не верят в добрые намерения своих друзей, а видят в своих друзьях коварных хитрецов. В процессе обсуждения подростки сами делают выводы, почему не удалось достичь успеха обеим командам, что бывают ситуации, в которых выиграть, получить бонусы можно только вместе, но не поодиночке. Часто говорят о взаимоотношениях в группе, о недоверии друг другу. Интересны случаи, когда выигрывает только одна команда, только один раз это была осознанная позиция команды, два других раза одна из команд принимала позицию «да все равно уже ничего не сделать, поэтому попытаемся выходить». В процессе обсуждения важно не торопить участников, дать возможность подросткам самим прийти к выводам о том, почему получился тот результат, который получился.

Вторая игра, «Остров сокровищ», менее известна, но она хорошо воспринимается детьми и подростками 8-12 лет в реабилитационных центрах и школах. Она построена в виде небольшого квеста с целью поиска сокровищ – сундука пиратов. Участники игры знакомятся с предлагаемыми ролями из списка старинных корабельных должностей, которые оформленными как листы старинной книги. После того, как все выберут себе роли, каждый участник получает бейдж с названием своей роли в команде. Процедура выбора ролей является своеобразной социометрией, становятся понятны и уровень притязаний детей, и их положение в группе. Еще до начала «плавания» игроки озвучивают и записывают на большом листе, что они хотели бы

найти в сундуке пиратов. Обычно это золото, деньги, драгоценности, оружие и т.п.

Затем игроки проходят несколько испытаний: прохождение рифов (игра на прохождение лабиринта из стульев или других подручных средств, когда глаза открыты только у штурмана, ведущего корабль и впередсмотрящего, замыкающего цепочку), поиск сундука на острове с помощью карты или подсказок группы. Сундук можно сделать из картонной коробки, оформив ее соответствующим образом.

В сундуке игроки находят красочно оформленное послание пиратов, в котором они рассказывают о том, к каким выводам по отношению к жизненным ценностям они пришли и карточки с этими ценностями. Вот эти ценности:

Активность	Мужество	Совесть
Благодарность	Надежда	Сочувствие
Вежливость	Независимость	Счастье
Вера	Образованность	Такт
Веселье	Ответственность	Твердость
Воля	Отзывчивость	Творчество
Доброта	Открытость	Терпение
Доверие	Оптимизм	Трудолюбие
Дружелюбие	Порядочность	Уважение
Забота	Принципиальность	Удача
Знания	Рассудительность	Ум
Искренность	Решительность	Успех
Любовь	Самоуважение	Целеустремленность
Любознательность	Свобода	Честность
Милосердие	Сила	Чувство юмора
Мудрость	Скромность	Щедрость

После того, как сундук торжественно открывается и зачитывается послание пиратов, из представленных ценностей детям предлагается выбрать те ценности, которые особенно важны для них, а затем объяснить всем, почему они считают именно эти

ценности самыми важными. Кроме того, игроки могут дополнить список ценностей и передать их следующим искателям сокровищ.

Такой незамысловатый сюжет и «подмена» драгоценностей на ценности личностные воспринимается с большим интересом, хотя в первый раз были опасения, хорошо ли дети воспримут такой поворот сюжета. Но они всегда очень отзывчивы на предложение высказаться по этой теме, активно рассказывают о своем выборе, обсуждают и дополняют друг друга. Видимо для детей реабилитационного центра это непроговоренная, неосмысленная еще тема, здесь важно направить разговор именно на «открытие» важности этих ценностей для всех, а не на личные качества игроков.

Игра «Остров сокровищ» позволяет выявить ценности подростков, статус и роли в группе, а также самооценки участников. В процессе игры подростки осознают важность общечеловеческих ценностей, сами обосновывают значение определенных личностных качеств, поступков в собственной жизни. Кроме того, они учатся принимать командные решения.

Подобные игры показывают свою эффективность в прояснении жизненной позиции подростков, позволяют помочь тем из них, которые испытывают затруднения при адаптации в коллективе сверстников, или проявляют агрессию и другие виды асоциального поведения.

Игра «За и против» как способ воспитания социальной ответственности молодежи

*Замыцкий Федор,
библиотекарь организационного отдела
Самарской областной юношеской библиотеки*

Тема сегодняшней конференции очень важна, и нам бы хотелось поделиться опытом работы в данном направлении. В своей работе мы руководствуемся принципом добровольности участия в том или ином событии и стараемся вовлечь в процесс молодых людей: в процесс игры, в процесс подготовки или участия в мероприятии. На фотографии – наши клубные объединения и волонтерские встречи. Чем более загружен график молодого человека, чем более разнообразны его интересы и представления, тем меньше поводов для деструктивного поведения.

В своей работе мы используем игровые форматы, т.к. игра позволяет более глубоко включиться в процесс, действие, прочувствовать на себе роль, понять мотивацию героя и т.д. Герой, вроде бы не ты сам, но, тем не менее, сложившаяся ситуация может произойти и в реальной жизни, поэтому важно иметь запасной вариант, выход.

Впервые мы попробовали данную игру в 2017 году, участниками стали люди разного пола, возраста и образования, в т.ч. семейные люди с детьми, но, в основном, ранее не знакомые друг с другом. Игра «За и против» – это ситуационная игра, где игроки самостоятельно принимают решения, ни с кем не советуясь. Цель данной игры состоит в том, чтобы к участникам пришло осознание сложных жизненных категорий – ответственность, выбор, умение взаимодействовать с людьми. Участникам игры поочередно были представлены несколько ситуаций из жизни, истории и литературы; далее им необходимо было решить: поддерживают они главного героя или нет (своё решение они демонстрировали с помощью камней разного цвета: белый камень – одобрение и поддержка, черный – осуждения и неприятие). После того, как все истории были заслушаны, наступал этап рефлексии. Игрокам необходимо обсудить накопленные эмоции, свои переживания, негодование или наоборот одобрение. Рефлексия

проходила по правилам «Джеффа», ведущий, чаще всего это психолог или организатор, зачитывает утверждение, а игрок должен решить, согласен ли он с ним (да, если согласен полностью; нет, если отрицает и не приемлет подобного в своей жизни; затрудняюсь ответить, если до конца не определился). Затем, когда все желающие с разными позициями высказались, зачитывается следующее утверждение. Утверждения, естественно, связаны с теми историями, которые они прослушали и просмотрели.

Как подготовиться к игре?

1. Необходимо подобрать книги и отдельные сюжеты, в которых встает дилемма: как поступить? Например, эпизод из Евгения Онегина, когда замужняя Татьяна отвергает чувства главного героя.
2. Подготовка волонтеров. Лучше всего, если каждую историю будет рассказывать герой от себя лично, как будто это он попал в какую-то ситуацию. Персонализация помогает вызвать эмпатию в человеке и ощущение того, что это не отдаленный какой-то персонаж, а живой человек, такой же, как и ты.
3. Подготовка реквизита. Чтобы игра была более атмосферной, необходимо каждую историю обыграть ещё и визуально. Однако, это не обязательно.

В чем сильные и слабые стороны игры?

- + Демонстрирует разнообразие художественной литературы (книги – главный источник, запечатлевший опыт и мудрость).
- + Проста в организации и проведении (формат прост в проведении, не требует каких-либо грандиозных денежных вложений).
- + Подходит и для массового проведения (до 50 участников), и для индивидуальной работы (в случае массового посещения, участники подразделяются в микро-группы).
- + Высокий уровень вовлеченности участников в процесс игры способствует выплеску эмоций.
- Требуется навык нивелировать негативные эмоции.

Главное, что молодой человек должен вынести из игры:

1. Не стоит делать выводы, пока ты не вникнешь в суть ситуации (особенно навешивать ярлыки, обижаться на какие-то обстоятельства, ныть как все плохо и т.д.)

2. Эмпатия – сопереживание герою, другому человеку – позволяет не делать поспешных выводов, а задуматься, что же чувствует человек, почему он поступил так, а не иначе.

3. Читая, размышляя, ты подвергаешь сомнению ту или иную информацию, слушаешь и ищешь доводы и опровержения, а не поддаёшься на провокации.

Спасибо за внимание! Если будут вопросы, обращайтесь по тел.

+7 (846) 334-45-80 или по электронной почте zamychka@gmail.com

Психологические особенности формирования зависимой личности

*Коломкина Александра Валентиновна,
психолог отдела психологической поддержки молодежи
Областной юношеской библиотеки им. А.А. Суркова*

Проблема зависимости молодежи от психоактивных веществ (ПАВ) с каждым годом становится все более актуальной. Рост наркомании, алкоголизма, табакокурения в молодежной среде приобретает угрожающие размеры и представляет серьезную опасность здоровью населения, экономике, социальной сфере и правопорядку. Этому способствует ряд факторов:

- ✓ падение нравов и культурно – образовательного уровня в обществе в целом и в молодежной среде в том числе;
- ✓ распространенность сведений о ПАВ в Интернете;
- ✓ скрытая реклама в СМИ легализованных ПАВ (алкоголь никотин);
- ✓ отсутствие реальных знаний о вреде и последствиях употребления ПАВ;
- ✓ отсутствие эффективной пропаганды здорового образа жизни.

Для решения этой проблемы, конечно, необходим комплексный подход и скоординированные действия различных учреждений: образовательных, лечебных, культурных, правоохранительных. В том числе, и библиотек.

Особые затруднения вызывают вопросы предупреждения формирования зависимого поведения, т.е. вопросы профилактики. Библиотекари объясняют сложности в проведении такой работы отсутствием надлежащих знаний и опыта. В какой-то степени они правы. Чтобы заниматься столь серьезным явлением, как химическая зависимость (алкоголизм, наркомания, токсикомания, табакокурение и т.д.), необходимо обладать специальными знаниями в психиатрии, наркологии, психологии, но ведение профилактической работы возможно даже не специалистами.

Для того, чтобы заниматься профилактикой зависимого поведения необходимо знать некоторые особенности его формирования (особенно в подростковом и юношеском возрасте) и особенности личности, склонной к зависимости.

В разнообразных исследованиях отмечается, что зависимым людям свойственна заниженная самооценка, они не уверены в себе, испытывают чувство неполноценности, которое часто прикрито «напускной бравадой», у них сильно выражено стремление самоутвердиться, часто любой ценой. Зависимые, особенно от наркотиков, часто предъявляют завышенные требования к окружающим и жаждут их немедленного удовлетворения. При этом амбиции и желания часто расходятся с реальными возможностями, а неудачи и поражения, неудовлетворенность переживаются очень болезненно. Они не умеют удовлетворять свои потребности, стремятся избегать трудностей, имеют низкий уровень мотивации. Часто они осознают свою слабость и пытаются всячески ее маскировать.

Особо отмечается роль возраста как фактора риска зависимого поведения. Известно, что зависимое поведение наиболее интенсивно и разнообразно проявляется у подростков. В подростковом возрасте существует диспропорция между физическим и психическим развитием. При ускоренном

физическом развитии нередко запаздывает формирование психологических и психических основ личности, включая ценностные ориентации, волевой контроль, морально-нравственные установки. Чрезмерная критичность в отношении окружающих лиц (и себя тоже), излишняя самоуверенность в оценках, непризнание, отвержение авторитетов в совокупности с низким уровнем знаний и жизненного опыта обуславливают недостаточную зрелость личности. Именно незрелость личности выделяется как одна из главных особенностей, способствующих развитию склонности к зависимости

Не менее важной составляющей формирования зависимости в раннем возрасте является получение удовольствия от процесса потребления психоактивных веществ, ритуалов, коммуникации. Высокий уровень напряженности, свойственный подростковому и юношескому возрасту, при затрудненности удовлетворения значимых социальных потребностей (потребности в автономии, в уважении со стороны взрослых и сверстников, в самоопределении, в поддержке и самоопределении) способствует поиску способа, позволяющего уменьшить напряженность, страх, стеснительность.

Подростков привлекает возможность делать в кругу сверстников то, что не понимается, отвергается или запрещается взрослыми. Такие подростки все время отдают бездумному общению со сверстниками, поглощению и обмену малозначимой и не требующей никакой интеллектуальной переработки информации. Возможно, отсюда следует непрерывное тяготение к асоциальным компаниям сверстников. Главным побудительным мотивом и фактором, способствующим зависимому поведению, является не сама жажда новой информации, а влияние асоциальных компаний, где ею обмениваются. Именно в таких компаниях происходит приобщение к алкоголю и наркотикам.

Возникновение зависимого поведения соотносится со степенью совершенства личности, ее возможностей адаптации к требованиям общества. Хорошо интегрированная личность справляется с внешними и внутренними стрессорами и пользуется при этом социально приемлемыми путями. Плохо организованная –

нуждается в искусственном облегчении и, если общество не осуждает прием какого-либо вещества, начинает употреблять его.

Существуют наиболее характерные черты зависимой личности. Прежде всего, это инфантильность, которая является стержнем зависимой личности.

Зависимой личности в высшей степени присуща внушаемость: многое из происходящего принимается на веру, глубоко не анализируется и не подвергается пристрастному осмыслению.

Личность, склонная к формированию зависимого поведения, оказывается некритичной, часто легковерной, податливой групповому воздействию, авторитарному управлению.

Помимо этого характерными для такого человека становятся подчиняемость, нацеленность на снятие с себя и передачу другому ответственности за поведение, решение жизненных вопросов и планирование будущего.

Как правило, зависимость, инфантильность и внушаемость как качества зависимой личности прекрасно сосуществуют и «гармонируют».

Также одной из важных характеристик зависимой личности считается неспособность в полной мере и адекватно планировать и прогнозировать будущее. У гармоничной личности преобладает нормовариантный тип вероятностного прогнозирования, у зависимой – моновариантный. Последний характеризуется нацеленностью лишь на один единственный субъективный значимый прогноз развития событий при игнорировании всех иных.

Еще одна характеристика зависимой личности – это ригидность, под которой понимается негибкость психической деятельности. В психологии ригидность трактуется как неспособность личности изменять свое поведение в соответствии с изменением ситуации, как приверженность одному и тому же образу действия, несмотря на то, что внешние условия стали другими.

В структуру зависимой личности входят характеристики наивности, простодушия, непосредственности – базовые для формирования свойств внушаемости. Под наивностью понимается

неопытность и неосведомленность. Простодушие – это бесхитростность, неточное понимание смысла поступков окружающих, излишняя доверчивость.

Для человека с чертами зависимой личности типичен максимализм, под которым понимается крайность в каких-либо требованиях, взглядах, эмоциях.

Вся структура зависимой личности пронизана эгоцентризмом – фиксацией внимания на себе, своих интересах, чувствах и пр. Ведь основная потребность зависимой личности – гедонистическая (получение удовольствия, радости, удовлетворения) – не может быть неэгоцентрической.

Одно из важных качеств зависимой личности — нетерпеливость, неспособность «ждать и догонять», отсутствие выдержки.

Зависимость сопряжена со склонностью к риску. В рамках формирования зависимого поведения, для того чтобы вывести себя из состояния скуки, зависимая личность устремляется на поиск все более сложных и опасных способов достижения удовольствия. Обычно по мере углубления зависимости старые проверенные способы перестают удовлетворять растущие потребности, и усиливается «вкус к опасности».

Для зависимого человека типична способность фантазировать, перевоплощаться, жить в выдуманном окружении, погружаться в мир грез, легко отрешаясь от действительности. Как ребенок, зависимая личность легко переходит в мир вымысла и фантазий. Именно поэтому такая личность быстро и без особого труда вживается в роль честного и искреннего человека, будучи нередко лживой. Такой человек и сам верит в свою ложь.

Специфичность страха зависимой личности – быть покинутой тем человеком, с кем имеется тесная связь, основывается на испытываемом ею ощущении беспомощности, несамостоятельности, неспособности принимать повседневные решения. Часто наркозависимые люди или пациенты с алкоголизмом упрекают в своих заболеваниях близких и родных,

тех, к кому были привязаны, от кого ощущали зависимость и кого так страшились потерять.

Неважно, с какой зависимостью мы имеем дело – от наркотиков или какой-либо деятельности, – существует набор очевидных симптомов, общих для всех видов зависимостей:

1. Постоянные, систематически возникающие в течение дня мысли о предмете зависимости.
2. Значительная взаимосвязь с неспособностью получать удовольствие от других сторон жизни.
3. Неспособность контролировать, останавливать или прекращать конкретное поведение, даже осознавая его разрушительность.
4. Беспокойство и раздражительность при попытках со стороны пресечь это поведение.
5. Чувство тревоги и волнения при прекращении этого поведения на время.
6. Использование зависимости с целью избежать ответственности.
7. Ложь и преувеличения при рассказе о проявлениях этого поведения, уменьшение значимости проблемы для себя и для других.
8. Поведение характеризуется высокой степенью риска и угрожает физическому и психическому здоровью.
9. Интенсивные перепады настроения – в диапазоне от эйфории до стыда, вины и депрессии.

К проблеме зависимости привлечено внимание самых разнообразных специалистов: наркологов, психологов, психотерапевтов, педагогов. Библиотеки также имеют возможность внести свой вклад в профилактическую работу по предупреждению зависимостей. Для этого возможно использовать как собственные ресурсы (информационная составляющая – книги, журналы), так и привлечение узких специалистов для проведения бесед, диспутов, лекций, встреч с интересными людьми и т.д. Эффективной профилактикой формирования зависимого поведения будет любое

мероприятие, организованное грамотно, интересно, с учетом возрастных особенностей аудитории и ее интересов.