**Мастер-класс для учителей и мастеров "Общение с "трудными" подростками" (коррекция девиантного поведения)**

*1.****Вступительное слово****, организация пространства?*

*2.****Приветствие****- передай рукопожатие*

*3.****Разминка****– «Кулаки, ладони, руки, скрещенные на груди». Все по команде выбрасывают руки определенным образом: кулаки, ладони, руки, скрещенные на груди. Задача в том, чтобы вся группа выбросила руки одинаково.*

*4.****Ассоциации****«Трудный подросток», «Девиантное поведение»*

*Подведение к тому, что восприятие подростка как проблему и негатив приводит к тому , что работу сводиться к тому что бы как помочь себе а не подростку. Соответственно целесообразно перестроить образ подростка на тот которому нужна защита поддержка и т.п. Чтобы справиться с негативными чувствами возникающими в стрессовых ситуациях общения с трудными подростками, нам помогут*

***5.техники саморегуляции:***

* *Дыхание*
* *Образ. (2-3 мин.)*

*Сконцентрируйтесь на успокаивающем образе или звуке.*

*Успокаивающий образ или звук  можно выбрать самостоятельно. Некоторые возможные варианты:*

*- Лифт.    Представьте, что вы входите в лифт. Нажмите кнопку для  спуска вниз. По мере прохождения каждого этажа вы все больше и больше расслабляетесь. Когда вы расслабитесь, выйдите из лифта с ощущением покоя и свежести.*

*-  Вода.     Представьте себя на берегу водоема. Наблюдайте движение воды. Вода подкатывает к берегу и откатывает, подкатывает и откатывает…  Образ воды успокоит. И, когда вы будете чувствовать спокойствие, покиньте берег.*

*- Звук.     Пойте один слог или звук. Представляйте, что этот звук  стирает все отвлекающие образы и мысли.*

*6.****Техника «Я-высказывания»****: Предположим такую ситуацию: кто-то кричит на вас; может быть вам и понятно, почему это происходит, но тем не менее вы не переносите, когда кто-нибудь на вас кричит. У вас три варианта ответа:*

*А) накричать на них, это агрессивная реакция, которая еще больше осложняет взаимоотношения;*

*Б) уйти в сторону – это избегание, отступление, уход. Такая пассивная реакция приводит к охлаждению взаимоотношений, если не к полному разрыву;*

*В) использовать оптимальное самоутверждение – вам нужно найти формулировку, наилучшим образом отстаивающую вашу точку зрения. Она должна быть этичной и не должна вызывать у собеседника агрессию и желание защититься. Такие этические приемы сообщений называют «Я»-высказываниями.*

*Я-высказывание – это культурный, этичный способ выражения нашего отношения к какой-либо ситуации. Он очень полезен, когда необходимо настоятельно выразить ваше мнение. Чтобы этот способ начал «работать» на практике, требуется сознательная установка на обучение и тренировку, пока он не станет подсознательным навыком.*

*Я-высказывание передает другому человеку ваше отношение к определенному предмету без обвинений и без требований, чтобы этот другой человек изменил свое отношение. Этот способ помогает удерживать свою позицию, не превращая другого человека в вашего противника.*

*Я-высказывание может быть полезно в любой обстановке, но особенно, когда вы рассержены, раздражены, в плохом настроении или недовольны чем-то.*

*Я-высказывание построено так, чтобы наиболее эффективно выразить свое мнение о данной ситуации и высказать свое пожелание; особенно, если вы хотите, чтобы ваше пожелание не было воспринято другой стороной негативно и не вызвало контратаку.*

*Схема Я-высказывания:*

*СОБЫТИЕ  -  « Когда …» (описание нежелательной ситуации).*

*НАША РЕАКЦИЯ  - «Я  ч у в с т в у ю…» (описание ваших чувств).*

*ПРЕДПОЧИТАЕМЫЙ МЕТОД – «М н е   х о т е л о с ь   б ы,  ч т о б ы…» (описание  желательного варианта).*

*Я-сообщения снижают эмоциональный накал информации, позволяют лучше выражать смыл того, что мы желаем сказать. Ты сообщения – это жесткое выражение претензии, в котором за эмоциональным всплеском теряется смысл сказанного. Неэтичные Ты- сообщения  по своей сути все одинаковы. В них выражается одна потребность – нанесение психологического удара, наказание, оскорбление.*

***Вытаскивают бумажки с ситуациями****и реагируют я - высказываниями.*

***Ситуация:****ученик не в первый раз отказывается выполнять задание учителя («А мне оно не нравится»).*

***Ситуация****. Учитель объясняет новый материал  на доске, ученик в это время разговаривает.*

*Ситуация: Ученик нагрубил учителю*

*Ситуация: Ученик снова опаздал на урок*

*1. Учитель («Я-сообщение»): «Мне не нравится, когда дети не хотят выполнять задания на уроке. У меня это вызывает беспокойство».*

*Ученик: «А мне какое дело?»*

*2. Учитель (усиленное «Я-сообщение»): «Когда я говорю о своих переживаниях и к этому безразлично относятся, я начинаю злиться, к тому же мне это обидно. Мне трудно вести урок дальше».*

*Ученик: «Так не ведите».*

*3. Учитель (конкретное пожелание): «Я хочу, чтобы тысделал это задание и ещё я хочу, чтобы ты перестал разговаривать со мной вподобной манере».*

***7. Ресурсная визуализация.***

* ***«Сундук того, что меня огорчает»***

«Представь, что тебе дали волшебный сундук, который можно запереть. Ты можешь положить в этот сундук все, что тебя огорча­ет или сердит, и там это будет надежно заперто. Ничего не может ускользнуть из этого сундука. Но когда тебе захочется подумать о чем-то или решить, что с этим можно сделать, ты можешь достать из этого сундука. Нарисуй, то, что тебя сердит, огорчает и положи в этот сундук.

* ***«Ларец счастья» (визуализация)***

«Представь, что тебе дали волшебный ларец. Он может быть  
размером с коробку из-под обуви, величиною с дом ил и даже боль­ше. В этом ларце могут находиться только радостные вещи. Ты  
можешь положить в ларец нее то, что тебя радует, и там это будет в  
сохранности. Ты можешь заглянуть в свой ларей в любой момент,  
когда тебе нужно взбодриться. Что ты положить в ларец? Закрой  
глаза и подумай о том, что доставляет тебе радость. Нарисуй или  
построй свой ларец счастья и наполни его изображениями того,  
что тебе нравится».

***8. Скульптура «вместе ради детей!»***

***9. Прощание – «Спасибо!».*** На одну ладонь положите те эмоции, мысли чувства с которыми вы пришли сюда, на вторую те что получили на этом занятии, которые испытываете сейчас. А теперь дружно похлопаем друг другу и скажем громко: СПАСИБО!

Педагог-психолог Е.А.Яковлева