

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
« КУРГАНСКИЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ»  
Улица Ленина, дом 48, г. Курган, 640008, тел. (3522) 23 11 98, [www.centr7ya.info](http://www.centr7ya.info)**

**Методическая разработка циклов занятий  
Программы «Вектор самоопределения»:  
«Баланс общения»  
«Имею право»  
«Моя финансовая грамотность»**

**Составитель:**

Владимирова А.В., педагог-психолог  
Методического центра  
ГБУ «Курганский ЦСПСиД»  
Маслова Е.А.,  
педагог-психолог  
Отделения психологической помощи  
ГБУ «Курганский ЦСПСиД»

**Курган, 2020**

## Содержание

|   |     |
|---|-----|
| <b>1. Цикл занятий «Баланс общения»</b> - цикл тренингов по формированию коммуникативных социальных компетенций, в том числе направленных на разрешение конфликтных ситуаций в системе межличностного взаимодействия, в том числе при построении будущей семьи.....                   | 3   |
| 1.1. Блок «Я + Общество».....   | 3   |
| 1.2. Блок «Девичник».....   | 17  |
| 1.3. Блок «Познай себя».....  | 41  |
| <b>2. Цикл занятий «Имею право»</b> по формированию социально-правовых компетенций, предусматривающих знакомство с правами и обязанностями, в том числе семейными, трудовыми, жилищными, а также умения воспользоваться услугами социальных служб и других социальных институтов..... | 47  |
| 2.1. Что такое «правовая грамотность» и для чего она нужна.....   | 48  |
| 2.2. Знакомство с трудовым правом.....  | 54  |
| 2.3. Что важно знать о семейном праве.....  | 61  |
| 2.4. Права и обязанности в жилищной сфере.....  | 66  |
| 2.5. Защита прав при оказании некачественных услуг или приобретении товара.....   | 72  |
| 2.6. Методические материалы предоставленные специалистами отдела опеки и попечительства «О дополнительных гарантиях и правах детей-сирот в Курганской области».....   | 81  |
| <b>3. Цикл занятий «Моя финансовая грамотность»</b> по обучению финансовой грамотности, направленное на формирование навыков принятия эффективных решений в сфере управления сбережениями.....  | 92  |
| 3.1. Общее понятие о финансовой грамотности.....  | 93  |
| 3.2. Семейный бюджет и способы его планирования.....  | 97  |
| 3.3. Банковская система – как это работает?.....  | 101 |
| 3.4. Налоги в РФ.....   | 107 |
| 3.5. Как защитить себя от мошенников.....   | 111 |

## Цикл занятий «Баланс общения»

### Пояснительная записка

Цикл занятий «Баланс Общения» состоит из трех блоков:

1 блок «Я+Общество» (включает в себя 5 групповых занятий для смешанной группы – юношей и девушек)

2 блок «Девичник» (включает в себя 7 групповых занятий для девушек-подростков)

3 блок «Познай себя» (состоит из 5 индивидуальных занятий).

Основной целью цикла занятий «Баланс общения» является формирование и развитие коммуникативных навыков у воспитанников и выпускников организаций для детей-сирот/замещающих семей. Также у каждого блока имеются свои специфические цели и задачи, отвечающие основной цели всего цикла.

### 1 блок «Я+Общество»

**Цель:** формирование и развитие коммуникативных компетенций у воспитанников и выпускников организаций для детей-сирот/замещающих семей.

**Задачи:**

➤ Развить навыки конструктивного решения конфликтных ситуаций в межличностном взаимодействии

➤ Сформировать и развить у участников навыки саморегуляции и релаксации

➤ Систематизировать собственные представления о себе (образ Я)

➤ Развить навыки самопрезентации и самопознания

➤ Развить навыки стрессоустойчивости и жизнестойкого поведения

➤ Развить интерес к познанию своей эмоциональной сферы.

Модуль состоит из 5 тренинговых занятий продолжительностью 1,5 – 2 часа.

**Целевая аудитория:** воспитанники и выпускники организаций для детей-сирот/замещающих семей в возрасте 16 – 19 лет.

**Тип группы:** открытая (число участников не превышает 10 – 12 человек).

**Структура занятия:**

➤ Знакомство/приветствие. Разминка.

**Цель:** установление контакта, снижение уровня психоэмоционального напряжения, активизация работы в группе.

➤ Основная часть занятия.

**Цель:** развитие навыков конструктивного решения конфликтов, стрессоустойчивости, жизнестойкого поведения.

➤ Рефлексия/обратная связь. Подведение итогов.

**Цель:** ретроспективная оценка занятия в эмоционально-смысловом и эмоционально-оценочных аспектах, вентиляция чувств.

**Занятие №1. «Знакомство».**

**Цель:** знакомство, сплочение группы

**Задачи:** 1) познакомить участников между собой и с ведущим;

2) создать положительный эмоциональный настрой на дальнейшую работу;

3) сформировать представления о тренинге и правилах участия в нем.

**Продолжительность:** 1 час 30 минут.

**Инструментарий:** бейджи, фломастеры, раздаточный материал из цветной бумаги, флипчарт, магниты, маркеры, мягкая игрушка, музыка для релаксации, ноутбук с колонками или музыкальный центр.

### Упражнение «Давайте познакомимся!»

Цель: знакомство.

Время: 5 минут.

Инструкция: Участники сидят в круге. У ведущего в руках небольшая мягкая игрушка. Ведущий представляется сам и представляет игрушечную зверушку, например: «Эту очаровательную маленькую мышку зовут Чарли». Потом ведущий передает игрушку соседу слева. Он продолжает игру, указывая на ведущего, и говоря, «Это (...). Это Чарли. А меня зовут ...». Игрушка передается по часовой стрелке, и каждый, к кому она попадет, прежде чем представиться самому, повторяет имя соседа справа, а также имя игрушки.

После выполнения упражнения подросткам предлагается взять бейдж, написать на нем фломастером свое имя в том варианте, как бы ребенку хотелось, чтобы к нему обращались, и прикрепить на одежду.

### Упражнение «Цветок настроения»

Цель: разминка, получение информации об эмоциональном настрое участников тренинга.

Время: 5-7 минут.

Инструкция: Перед участниками тренинга на столе лежат разноцветные лепестки. Каждый должен выбрать лепесток, который соответствует по цвету его настроению и объяснить почему. После того, как участники сделают свой выбор, из выбранных лепестков составляется групповой цветок настроения.

Вопросы для обсуждения:

- *Чем привлек выбранный цвет?*
- *Какие ассоциации есть с этим цветом?*

*Примечание 1:* ведущий заранее на флипчарте рисует либо прикрепляет 2 центра цветка, стебли, листья. Вокруг одного центра дети разместят выбранные ими лепестки в начале занятия, вокруг второго – в конце. Можно на флипчарте нарисовать другие элементы (солнышко, траву), чтобы «цветки настроения» стали частью общей композиции.

*Примечание 2:* данное упражнение станет «ритуалом» группы и будет повторяться в каждом тренинге.

### Упражнение «Презентация»

Цель: Знакомство участников друг с другом, развитие партнерских взаимоотношений.

Время: 15-20 минут.

Инструкция: Группа делится на пары, каждая из которых, выбрав удобное спокойное место, в течение 10 минут (5+5) проводит взаимное интервью. Затем пары возвращаются в круг, и каждый представляет своего партнера.

Вопросы для обсуждения:

Для представляемого:

- *Корректно ли было о нем рассказано?*
- *Хотел бы он что-то дополнить, уточнить?*

Для представляющего:

- *Сложно ли было собирать информацию?*
- *Были ли затруднения в формулировании вопросов?*
- *Появились ли сейчас дополнительные вопросы?*

### Обсуждение правил группы

Цель: выработка правил взаимодействия в группе.

Время: 20 минут.

Инструкция: Дети сидят полукругом перед флипчартом. Участникам группы предлагается совместно выработать ряд правил, которые помогут в создании более комфортной обстановки в группе, позволят избежать конфликтных ситуаций и будут способствовать самовыражению каждого из участников.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы думаете, что это могут быть за правила?
- Когда ты предлагал(а) правило ..., что ты имел(а) в виду?
- Есть ли у других ребят дополнения к сути предлагаемого правила?
- Другие участники согласны с этим правилом?
- Если не согласны, то почему?

Выслушать варианты, записать их на флипчарте, постараться подвести участников группы к следующим правилам:

- конфиденциальность (на личную информацию);
- активность;
- не критиковать;
- не оскорблять, относиться уважительно друг к другу;
- не перебивать других участников, внимательно друг друга слушать, говорит один участник;
- не опаздывать, быть пунктуальными;
- выключать на время тренинга мобильные телефоны;
- (возможны другие варианты).

Упражнение «Дракон ловит свой хвост»

Цель: снятие напряженности, активизация участников, формирование групповой сплоченности.

Время: 7-10 минут.

Инструкция: Группа встает в колонну, каждый участник держит за пояс стоящего впереди. Начало колонны – это «голова», а конец – «хвост» дракона. «Голова» пытается ухватить «хвост», а тот, естественно, пытается увернуться. При выполнении этого упражнения двигается вся колонна, но руки участники не размыкают.

Длительное обсуждение не требуется, достаточно короткого обмена чувствами.

*Прим.: желательно, чтобы «головой» дракона побывал каждый участник.*

Упражнение «Машина»

Цель: развитие сплоченности группы.

Время: 15 минут.

Инструкция: Участникам предлагается построить «машину» из членов группы. Необходимо построить любой действующий механизм, причём все участники группы должны быть в нем задействованы. Несколько минут дается на обсуждение задания, после чего ребята должны составить «машину».

Вопросы для обсуждения:

- Всем ли понравилось быть именно этой деталью машины?
- Как проходила «сборка» машины? Был ли кто-то, кто руководил процессом или каждый выдвигал свои идеи?
- Было ли сложно договориться?

Упражнение - релаксация «Путешествие на воздушном шаре»

**Цель:** снятие психоэмоционального напряжения; оптимизация психоэмоционального состояния.

**Время:** 10 – 15 минут.

**Инструкция:** Под релаксационную музыку с шумом волн ведущий зачитывает текст. «Вообразите, что вы маленький поплавок в огромном океане...

У вас нет цели, компаса, карты, руля, весел...

Вы движетесь туда, куда несут вас ветер и океанские волны...

Большая волна может на некоторое время накрыть вас, но вы вновь выныриваете на поверхность...

Попытайтесь ощутить эти толчки и выныривания...

Ощутите движение волны... тепло солнца... капли дождя... подушку моря под вами, поддерживающую вас...

Послушайте, какие еще ощущения возникают у вас, когда вы представляете себя маленьким поплавком в большом океане...»

Далее в течение 5-7 минут участники слушают музыку, погруженные в свои мысли, фантазируют. После окончания релаксации делятся впечатлениями.

### Упражнение «Обратная связь»

**Цель:** получение обратной связи, мотивирование на посещение следующих занятий.

**Время:** 5 минут.

**Инструкция:** Участникам предлагается оценить свое эмоциональное состояние в данный момент и выбрать из разноцветных лепестков лепесток подходящего цвета. Если выбран лепесток другого цвета в сравнении с началом занятия, – проанализировать, каким образом и за счет чего состояние участника изменилось. Составить групповую композицию.

Вопросы для обсуждения:

Если выбранный цвет изменился:

- *За счет чего произошли изменения в настроении?*
- *Какое настроение сейчас?*
- *Почему именно выбранный цвет ассоциируется с актуальным настроением?*

Если цвет не изменился:

- *За счет чего настроение сохранилось?*
- *Хотелось ли каких-либо изменений в настроении?*
- *Если да, то каких, и что могло бы их вызвать?*

## Занятие №2. «Стрессоустойчивость»

**Цель:** формирование навыков стрессоустойчивости.

**Задачи:** 1) информировать участников тренинга о возможных способах борьбы со стрессом;

2) апробировать различные способы преодоления стрессовых ситуаций;

3) закрепить групповую сплоченность.

**Продолжительность:** 1 час 10 минут.

**Инструментарий:** магниты, листы бумаги А4, ручки, бейджи, ноутбук с музыкальным сопровождением, маркеры.

### Упражнение «Цветок настроения»

см. тренинг 1 «Знакомство»

### Упражнение «Квадрат»

Цель: разминка, отработка навыков работы в команде.

Время: 5-7 минут.

Инструкция: Ведущий предлагает подросткам встать в круг и закрыть глаза. Задание группе – не открывая глаз, перестроиться в квадрат.

*Прим.: После того, как квадрат будет построен, не разрешать открывать глаза. Важно спросить, все ли уверены, что они стоят в квадрате? Квадрат действительно должен быть ровным. И только после того, как абсолютно все согласятся, что стоят именно в квадрате, участникам можно открыть глаза. Так же можно строиться в другие фигуры.*

Вопросы для обсуждения:

- Как восприняли задание?
- Что показалось легким, в чем возникли затруднения?
- Те, кто выразил неуверенность по поводу правильности выстроенной фигуры – что именно вызвало это чувство? Что было не так?

### Упражнение «Кочки»

Цель: отработка навыков работы в группе, рефлексия по поводу ситуаций с четкими ограничениями.

Время: 15 минут.

Инструкция: Выбирается пара ведущих. Остальным участникам выдается листок бумаги А4. Все собираются в одном конце комнаты, и ведущий тренинга поясняет, что впереди – болото, листья – это кочки, все участники – лягушки, а ведущие – крокодилы. Задача группы – не потеряв ни одной лягушки, добраться до противоположного конца комнаты. Наступать можно только на кочки. Крокодилы могут топить (забирать) оставленные без присмотра кочки. Наступать можно только на кочки. Если лягушка оступилась, или не все лягушки смогли перебраться на другой берег, потому что не осталось кочек, то выиграла крокодилы, и игра начинается сначала.

Вопросы для обсуждения:

- Что помогало или, наоборот, мешало выполнению задания? Что чувствовали те лягушки, которые шли первыми, а что чувствовали те, кто замыкали цепочку?
- Как чувствовали себя крокодилы?
- Как лягушки воспринимали ситуации, когда крокодилы топтали кочки?
- Как часто возникают в жизни ситуации, в которых существуют жесткие ограничения?
- Что помогает, а что мешает с ними справляться?

*Прим.: важно подвести к понятию стресса и стрессоустойчивости как качества, помогающего разрешать сложные ситуации.*

### Упражнение «Аукцион»

Цель: поиск способов борьбы со стрессом.

Время: 20 минут.

Инструкция: подросткам предлагается разбиться на 2-3 группы (в зависимости от количества участников). Им раздаются листы бумаги и ручки. Каждой группе предлагается придумать как можно большее количество способов справиться со стрессом. На размышление дается 10 минут. Затем группами озвучиваются их способы, которые ведущий фиксирует на флипчарте в колонки.

Вопросы для обсуждения:

- Какие способы оказались самыми популярными и встречаются у всех участников?
- Какие способы оказались редкими?
- Какие способы наиболее эффективны для каждого из участников?

*Прим.: если способ релаксации озвучен не был, ведущий сам называет этот способ и предлагает его опробовать.*

#### Упражнение «Шум прибоя»

Цель: знакомство с методом релаксации, апробирование.

Время: 10 минут.

Инструкция: Звучит медленная музыка. Участники лежат на ковре.

Ведущий: «Давайте представим, что мы лежим на теплом песке, приятный легкий ветер ласкает наше тело, мы закроем глаза и немного отдохнем у моря, волны споют нам свою колыбельную песню (дети лежат 20 секунд в тишине). Луч солнца коснулся наших ног, правая нога расслабленная и теплая, луч солнца коснулся левой ноги – нога расслабленная и теплая, приятно лежать, вдыхая чистый морской воздух. Вдох – выдох, обе ноги теплые, это приятно. Луч солнца коснулся живота и груди – становится еще теплее, нам нравится это тепло, мы дышим глубоко, вокруг приятный морской воздух. Луч солнца коснулся к лицу, оно все расслабилось, рот чуть приоткрылся... Как хорошо мы отдыхаем, спокойно, нам приятно это расслабление, мы дышим ровно, глубоко, все тело теплое. Оно легкое, как облако, мы еще и еще хотим слушать песню морских волн (дети несколько секунд лежат и слушают). Но пора идти, мы медленно встаем, потягиваемся и идем отдыхать...»

#### Упражнение «Цветок настроения»

см. тренинг 1 «Знакомство»

#### Упражнение «Мой сосед и я»

Цель: закрепление положительной атмосферы в группе.

Время: 5-7 минут

Инструкция: Участники стоят в кругу. По сигналу ведущего они поднимают правую руку и кладут её на голову соседу справа, глядя голову и произнося слова: «Ты такой хороший, умный».

Далее они поднимают левую руку и кладут её на голову соседу слева, произнося слова: «Ты такой хороший, умный».

Далее они поднимают обе руки и кладут на голову себе со словами: «А я вообще молодец!»

### **Занятие №3. Коммуникации**

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Задачи: 1) развить вербальные коммуникативные навыки;

2) развить невербальные коммуникативные навыки;

3) развить навыки эффективного взаимодействия в группе.

Продолжительность: 1 час 40 минут.

Инструментарий: бейджи, листы бумаги А4, ручки, фломастеры, раздаточный материал с именами героев для упражнения «Леопольд», гимнастический обруч, листы бумаги А4 с напечатанными вертикально именами участников группы, ноутбук, запись релаксационной музыки.

#### Упражнение «Цветок настроения»

см. тренинг 1 «Знакомство»

#### Упражнение «Разборка имени»

Цель: разминка, формирование положительной атмосферы в группе.



Время: 7-10 минут.

Инструкция: Участникам предлагается записать по буквам свое имя и подобрать начинающиеся на каждую из этих букв слова, характеризующие их. На размышления дается 4-5 минут. Достаточно, если будут предложены всего по 3-4 слова (касательно слов на те буквы, которые не пришли в голову участнику, можно попросить подсказку у окружающих). Потом каждый называет свое имя и те характеристики, которые ему удалось придумать.

Например, имя Андрей:

А – Адаптированный

Н – Независимый

Д – Дружелюбный

Р – Решительный

Е – Единодушный

И – Ищущий

Вопросы для обсуждения:

- Легко ли было подбирать качества?
- Что вызвало затруднения?
- Понравились ли те варианты, которые предлагали другие ребята?

Упражнение «Живой стул»

Цель: развитие невербальных коммуникативных навыков.

Время: 15 минут.

Инструкция: Каждый участник задумывает какое-либо живое существо, берет стул, представляет его этим существом и демонстрирует другим участникам, как бы он стал с ним взаимодействовать. Разговаривать или издавать какие-либо звуки, характерные для этого существа, запрещается. Задача других участников – наблюдая, угадать, какое существо подразумевается.

Вопросы для обсуждения:

- Как участник чувствовал себя во время выполнения задания?
- Как воспринял само задание?
- Что показалось трудным?
- Что удалось?
- Легко ли другим участникам было угадать задуманный выступающим образ?
- Насколько тяжело было без слов донести до других ребят свою идею?

Упражнение «Пройди через кольцо!»

Цель: создание положительной атмосферы, развитие умения работать в команде, развитие групповой сплоченности.

Время: 5-7 минут.

Инструкция: Участники стоят в кругу. На руку одного из игроков надевается обруч. Затем все участники берутся за руки. Ведущий дает группе задание передать обруч по кругу, пока он не вернется в начальную точку. Так как руки игроков сцеплены, то им придется приложить определенные физические усилия и смекалку, продевая кольцо через себя (без участия рук!), перешагивая через него и т.д. По сути вся живая цепочка должна «пролезть» через обруч, не разжав соединенных рук.

По итогам упражнения объявляется время, затраченное на выполнения задания.

Вопросы для обсуждения:

- Что понравилось?
- Как скоро сориентировались, что именно нужно сделать, чтобы передать обруч?
- Что помогло справиться с задачей?

*Прим.: Если в ходе обсуждения возникает желание улучшить командный результат,*

*можно вернуться к игре и попытаться быстрее «пройти через кольцо».*

### Упражнение «Леопольд»

**Цель:** отработка коммуникативных навыков, умение найти аргументы в пользу своей позиции.

**Время:** 25 мин.

**Инструкция:** Из группы выбирается одна «мышь», все остальные становятся «котами».

Каждый «кот» получает бумажку со своим именем, одного из них зовут Леопольдом, а всех остальных – прочими кошачьими именами, например, Лежебокой, Муркой и т.д. При этом Леопольдом может стать участник любого пола, и тренер подчеркивает это группе.

Ведущий напоминает группе сюжет мультфильма про Леопольда. В этом мультфильме дружелюбный и безобидный кот Леопольд пытается подружиться с мышами, которые постоянно устраивают ему разные пакости.

В данном упражнении котам тоже нужно будет убедить мышь, что они безобидны и с ними можно иметь дело. Фокус состоит в том, что у нас из всех котов только одного зовут Леопольд и именно он хочет подружиться с мышами. Все остальные коты – опасные хищники, которые только притворяются дружелюбными. Задача каждого кота – убедить мышь, что именно он – безобидный Леопольд. Задача мыши – определить настоящего Леопольда.

Котам дается 5 минут на подготовку, после чего они выступают, объясняя «мышь», почему они безобидны. «Мышь» оценивает выступления и говорит, кому из котов она поверила.

**Вопросы для обсуждения:**

#### **Общие:**

- *Понравилось ли вам это упражнение?*
- *Легко ли вам было его выполнять?*
- *Какие эмоции вы испытывали, выполняя это упражнение?*
- *Какие методы убеждения вы использовали?*
- *Почему мы доверяем одному человеку, но не доверяем другому?*
- *Что можно сделать для того, чтобы нам больше доверяли?*
- *Что понравилось в выступлениях котов?*

#### **Вопросы «мышке»:**

- *Легко ли тебе было выбирать?*
- *Расскажи, какие плюсы и минусы увидел(а) в выступлениях каждого.*
- *Какой «кот» тебе запомнился больше всего? Почему?*
- *Что в поведении выбранного Леопольда вызвало расположение и доверие?*

#### **Вопросы «котам»:**

- *Каким образом пытались завоевать расположение «мышки»?*
- *Что удалось?*
- *Что показалось сложным?*

### Упражнение - релаксация «Полет к звезде»

**Цель:** снятие психоэмоционального напряжения; снятие мышечных зажимов; отработка навыка рефлексии

**Время:** 15-20 мин.

Когда рождается человек, то на небе загорается его звезда, чтобы светить ему весь его век. Она горит так ярко, что её спасательной энергии хватает на долгие-долгие годы, она оберегает нас, спасает, даёт надежду и силы.

И сегодня я предлагаю совершить вам путешествие, но это будет необычное

путешествие, мы совершим полёт к звезде, к своей звезде.

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте глубокий вдох и выдох...

Вы чувствуете, как ваши ноги постепенно отрываются от земли, а тело становится невесомым, очень лёгким... и вы начинаете медленно-медленно подниматься вверх, к небу. Посмотрите вниз: всё, что раньше вас окружало (дома..., улицы..., деревья..., парки..., машины...) всё становится маленьким, едва заметным.

А если вы поднимите голову вверх, то увидите всё то, что раньше казалось недостижимым, далёким. Вот - приближающееся небо. Вы летите сквозь пушистые облака, потрогайте их руками, пусть их прохлада останется на ваших ладонях. Вы стремительно летите мимо холодных комет, а сейчас пролетаете мимо солнца. Почувствуйте его приятное тепло, пусть оно согреет вас. Вы путешествуете по огромному небесному миру, встречаете различные звёзды... А где же Ваша звезда?.. Вот...она... Посмотрите, какая она? Большая или маленькая? Холодная как лёд или горячая, как пламя костра? Какого она цвета? Может быть голубая, жёлтая, красная?.. Какой она формы? Круглая или остроконечная?

Дотроньтесь до своей звезды и попросите у неё всё то, в чём вы нуждаетесь, что вам так необходимо: попросите добра, счастья, спокойствия, здоровья, умиротворения, хорошего настроения...

А теперь обязательно улыбнитесь ей и поблагодарите свою звезду за всё: за то, что она просто существует, она ваша, светит только для вас, что она сопровождает вас всю жизнь, что она даёт вам силы и энергию...

А теперь нам необходимо возвращаться домой. Попрощайтесь со своей звездой и пообещайте, что теперь, в минуты грусти, отчаяния, тревоги вы будете помнить, что у вас есть ОНА..., вы будете помнить, что это - источник сил, энергии, света, добра...

Почувствуйте, как постепенно тяжелеют ваши ноги, а тело становится грузным... вы начинаете свой путь обратно, домой. Вы стремительно летите мимо холодных комет, а сейчас пролетаете мимо Солнца. Вы летите сквозь пушистые облака, потрогайте их руками, пусть их прохлада останется на ваших ладонях.

Если вы поднимите голову вверх, то увидите всё то, что раньше казалось огромным, могущественным (звёзды, кометы, планеты, облака), постепенно становится всё меньше и меньше... Вот – приближающаяся Земля. Реки, озёра, луга, парки, дома, люди... всё - становится более крупным, более заметным...

Сохраните в памяти эти чувства, которые вы испытали сегодня... И пусть ваша звезда далеко, но каждый раз, как только вы устали, или у вас грустное настроение, или вам просто нужны свежие силы... просто навестите ее, совершите это необычное путешествие...

Когда я досчитаю до 5, вы сможете открыть глаза и снова оказаться в этой комнате...

#### Упражнение «Гадание на именах»

Цель: закрепление положительной атмосферы в группе.

Время: 10 минут.

Инструкция: Ведущий заранее готовит листы бумаги с напечатанными на них именами членов группы. Имя должно располагаться на листе вертикально с левой стороны.

Эти листы лежат на столе, и каждый из участников имеет возможность написать на любых листах любое количество пожеланий их «хозяевам». То, чего желают человеку, должно начинаться на букву, которая имеется у него в имени.

Чтобы пожеланий было больше и они были разнообразнее, а также в том нередком случае, когда в группе несколько тезок, можно напечатать на листе не только имена, но и фамилии участников. Например,

И – интересной жизни, имбирных пряников...

Р – роскошных сюрпризов, решительности, радости...

И – изобилия, изобретательности...

Н – настойчивости, настоящей любви...

А – амбициозных проектов, азарта...

#### Упражнение «Цветок настроения»

см. тренинг 1 «Знакомство»

#### Занятие №4 «Конструктивное взаимодействие»

Цель: развитие навыков конструктивного взаимодействия.

Задачи: 1) развить навыки бесконфликтного общения;

2) закрепить навыки саморегуляции и самоконтроля;

3) закрепить навыки командного взаимодействия.

Продолжительность: 2 часа.

Инструментарий: листы бумаги А4, бейджи, цветные карандаши или фломастеры, повязки для глаз, музыка для релаксации, ноутбук с колонками или музыкальный центр.

#### Упражнение «Цветок настроения»

см. тренинг 1 «Знакомство»

#### Упражнение «Чувство локтя»

Цель: обучение навыкам невербальной коммуникации и сотрудничества, сплочение группы, создание положительной атмосферы.

Время: 10 минут.

Инструкция: В упражнении все участники встают в круг, им нужно соприкоснуться обувью со своим правым и левым соседями. Все берутся за руки и выполняют следующие простые действия:

- ✓ синхронно приседают, не разрывая контакта ног и рук;
- ✓ подпрыгивают на месте в едином ритме;
- ✓ запускают волну;
- ✓ наклоняются влево, вправо

При выполнении упражнения всем участникам запрещается издавать какие-либо звуки, т.е. договариваться они могут только невербально.

Вопросы для обсуждения:

- Легко ли вам было выполнять упражнение?
- В каких действиях у вас возникали трудности и почему?
- Какие чувства вы испытывали, когда соприкасались с другими участниками?
- Как удалось достичь взаимопонимания и выполнить поставленную задачу?

#### Упражнение «Мельница»

Цель: развитие навыков бесконфликтного общения и конструктивного взаимодействия.

Время: 20 минут.

Инструкция: Равное число участников тренинга образуют два круга (один внутри другого), встают лицом друг к другу и разыгрывают в парах мелкие диалоги – ситуации, которые задает ведущий. Диалог длится 2 минуты. После каждого диалога внешний круг делает несколько шагов, например по часовой стрелке; каждый участник меняет партнера, разыгрывается следующий эпизод.

Ситуации для разыгрывания:

1. Находящиеся во внешнем круге играют роль контролеров автобуса, а находящиеся во внутреннем – роль безбилетных пассажиров;

2. Внутренний круг – продавцы, которым нет дела до покупателей, а внешний – покупатели;

3. Внешний круг – директор, «застукавший» опоздавшего сотрудника, а внутренний – подчиненный;

4. Внутренний круг – жилец, которого залил сосед сверху, внешний круг – сосед сверху;

5. Внешний круг – друг, ждущий помощи от товарища, внешний – товарищ, не выполнивший обещания помочь.

В ходе обсуждения участники анализируют свое наиболее типичное поведение в различных ситуациях, переживаемые эмоции.

Вопросы для обсуждения:

- *Что ощущали во время упражнения?*
- *Были ли какие-либо трудности во время упражнения?*
- *Как вы считаете, развили ли вы свои коммуникативные способности?*
- *Какие ситуации было легче проигрывать? Почему?*
- *Какие ситуации было труднее проигрывать? Почему?*
- *Какие тактики вы применяли в проигрывании ситуаций? Что было более эффективным?*

Упражнение «Секрет сотрудничества»

Цель: развитие навыков эффективного взаимодействия.

Время: 20 минут.

Инструкция: Участники делятся на пары. Желательно, чтобы пары образовывались по принципу «кого меньше знаю». Каждой паре раздаются два листа бумаги, набор цветных карандашей и повязки на глаза. Роли в паре распределяются следующим образом. Сначала первый игрок становится слепым художником, который с помощью своего напарника должен создать великое произведение искусства. Величие картины определяется тем, насколько художнику удастся воплотить замысел своего партнера, а не создать собственное произведение.

Второй игрок руководит действиями художника. Он помогает ему (только словами) найти карандаши нужного цвета, объясняет, в каком месте листа тот должен начать рисунок, поэтапно дает инструкции, что и как рисовать.

Затем участники меняются ролями.

Вопросы для обсуждения:

- *В какой из ролей вам было труднее выполнять упражнение?*

Для напарника:

- *Удалось ли вам реализовать свой замысел?*
- *Что вы чувствовали, когда художник выполнял вашу инструкцию не так?*
- *Как вы пытались скорректировать свои инструкции в ходе работы?*
- *Что помогло справиться с поставленной задачей?*

Для художника:

- *На что ориентировались в ходе рисования?*
- *Что помогало в ходе рисования?*
- *Что мешало?*
- *Как себя чувствовали во время выполнения задания?*

Упражнение «Шалаш»

Цель: развитие навыков конструктивного невербального взаимодействия.

Время: 10 минут.

Инструкция: Первые два участника становятся вплотную спиной друг к другу. Затем

каждый из них делает шаг-два вперед для того, чтобы установить равновесие и позу, удобную для двоих участников. Таким образом, они должны представить из себя основу «шалаш». По очереди к «шалашу» подходят и «подстраиваются» новые участники, находя для себя удобную позу и не нарушая комфорта других.

Вопросы для обсуждения:

- *Как вы себя ощущали во время «постройки шалаша»?*
- *Что необходимо было сделать для того, чтобы каждый ощущал себя комфортно?*

Упражнение «Хвостоглаз»

Цель: развитие и закрепление навыков конструктивного взаимодействия, усиление сплоченности в группе.

Время: 10 минут.

Инструкция: Участники встают в колонну, каждый кладет руки на плечи стоящего впереди. Ведущий поясняет, что участники – это загадочная сороконожка, глаза которой расположены не на голове, а на хвосте. Все, кроме замыкающего, закрывают глаза, а тот, кто оказался в хвосте, управляет движениями всей «сороконожки», отдавая голосом команды находящемуся впереди, а при необходимости и другим участникам. Задача – перемещаться таким образом по заданной траектории (обойти по периметру помещения, пройти «змейкой» между несколькими стульями и т.п.) Если ведущий замечает, что кто-то, кроме пребывающего в хвосте, открывает глаза, «сороконожка» начинает путь сначала.

Важно, чтобы в роли хвоста, управляющего движением всей колонны, побывало максимальное число участников.

Вопросы для обсуждения:

- *Как чувствовали себя участники, которые побывали «хвостом»?*
- *Как чувствовали себя участники, которые были «головой»?*
- *В какой роли было легче? Чем?*

Упражнение - релаксация «Путешествие на воздушном шаре»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения; оптимизация психоэмоционального состояния.

Время: 15 – 20 минут.

Ты на большом широком лугу...  
ты бежишь по этому лугу голыми ногами...  
ступнями ты чувствуешь траву...  
ты ощущаешь траву, землю... теплые, как солнце...  
вдали на лугу ты видишь большой воздушный шар...  
ты удивленно идешь к нему...  
наконец, ты дошел до него...  
он большой, он легко раскачивается на ветру, удерживаемый канатом  
гондола... плетеная корзина...  
ты останавливаешься перед ней...  
ты поднимаешься в нее...  
канат развязывается... шар медленно отделяется от земли...  
ты медленно поднимаешься вверх... все выше...  
ты ощущаешь воздух, который с шелестом обтекает тебя...  
тихо – здесь, наверху, совершенно тихо...  
ты ощущаешь свое дыхание... совершенно ровное и спокойное...  
вдоль и выдох... вдох и выдох...

ты совершенно спокоен...  
шар поднимается выше... все выше и выше  
луг под тобой становится все меньше...  
он кажется нарисованным – разными красками...  
люди машут руками... они как точки...  
шар медленно и плавно летит дальше...  
он парит над лесом...  
ели... темная зелень...  
лиственные деревья... густая и светлая зелень...  
там внизу блестит вода... небольшая река или озер...

деревня... как из книги сказок...  
как будто собранная из игрушечного конструктора...  
ты видишь животных на лугу...  
белые точки... утки, гуси...  
далеко на горизонте поднимаются высокие большие горы...  
ты двигаешься к ним...  
ты подлетаешь к ним совсем близко...  
ты проплываешь на своем шаре над ними...

маленький клочок снега лежит в темной расселине...  
вершины гор так близко, что тебе кажется,  
будто ты можешь дотронуться до них...  
все дышит покоем...  
ты совершенно спокоен...  
только нежный шелест воздуха сопровождает тебя...  
твое дыхание абсолютно спокойное и ровное...  
ты совершенно спокоен и расслаблен...  
ты паришь... ты очень легкий...  
внутри тебя покой... великий покой...  
наступает вечер... опускаются сумерки...  
пора снова опускаться на землю...

ты находишь место, где ты хочешь приземлиться...  
затем ты медленно и осторожно опускаешься вниз...  
ты снова на земле... ты хорошо себя чувствуешь...  
ты совершенно спокоен и расслаблен...

#### Упражнение «Парусник плывет по реке»

Цель: закрепление положительной атмосферы в группе, хорошего настроения участников, мотивация на посещение последующих встреч.

Время: 10 минут.

Инструкция: Участники плотно встают в две шеренги на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Один участник группы – парусник. Он медленно «проплывает» между «берегами». Берега мягкими прикосновениями помогают «паруснику», говорят ласковые слова, называют по имени. Упражнение можно проводить и с открытыми и с закрытыми глазами.

#### Упражнение «Цветок настроения»

см. тренинг 1 «Знакомство»

## Занятие №5. «Трудные чувства»

Цель: развитие самопознания в сфере эмоций и чувств.

Задачи: 1) развить навыки рефлексии;

2) развить интерес к познанию собственной личности, ее эмоциональной сферы.

Продолжительность: 1 час 40 минут.

Инструментарий: бейджи, фломастеры, раздаточный материал из цветной бумаги, флипчарт, магниты, маркеры, музыка для релаксации, ноутбук с колонками или музыкальный центр.

### Упражнение «Цветок настроения»

см. тренинг 1 «Знакомство»

### Упражнение «Мир чувств»

Цель: формирование интереса к чувствам, способам их выражения и распознавания.

Время: 10 минут.

Инструкция: Ведущий предлагает каждому участнику выбрать две карточки (жёлтую и зелёную), на которых обозначены чувства.

**Жёлтые карточки:** радость, надежда, удивление, удовольствие, любовь, восторг, гордость, спокойствие, доброта, смелость, дружелюбие, уверенность.

**Зелёные карточки:** печаль, горе, злость, раздражение, страх, месть, ненависть, равнодушие, жадность, обида, хитрость, зависть.

Подростки по очереди невербально изображают чувства.

Вопросы для обсуждения:

- *Какое чувство было легче показать?*
- *Какие трудности возникали при пантомиме?*
- *Что помогло справиться с заданием?*

### Упражнение «Звезда чувств»

Цель: формирование интереса к чувствам, способам их выражения, осознания и распознавания.

Время: 30 минут.

Инструкция: Ведущий предлагает на листе бумаги записать все свои чувства, которые когда-либо испытывали участники. Затем из них формируются 10 – 12 пар чувств: выбирается одно чувство и подбирается к нему противоположное, не в общепринятом значении, а лично для участника (например, противоположным для чувства «радость» необязательно должна быть «грусть»). Далее на другом листе бумаги изображается круг, поделённый на сектора, либо многолучевая звезда, в противоположные сектора вписываются чувства. Затем ведущий предлагает раскрасить каждый сектор или луч тем цветом, каким хочется, не задумываясь, не оценивая. Цвета можно смешивать. После того, как работа с цветом закончена, можно переходить к следующему упражнению.

### Упражнение «Место и голос чувств»

Цель: формирование интереса к чувствам, способам их выражения, осознания и распознавания.

Время: 30 минут.

Инструкция: Ведущий предлагает разделить на пары. Один участник работает, второй помогает. Потом меняются.

- ✓ Положите на пол свою «звезду чувств».
- ✓ Поставьте одну руку на одно чувство, ощутите, как оно отзывается в теле, где?



- ✓ Пропойте его голосом, звуком, какой вкус у чувства.
- ✓ Поставьте вторую руку на противоположное чувство, что вы чувствуете в теле, как оно переживается. Пропойте противоположное чувства звуком, голосом. Какой вкус?
- ✓ Поставьте обе руки на противоположные пары чувств. Пропойте и прочувствуйте пару.
- ✓ Сделайте это со всеми парами чувств.

Вопросы для обсуждения:

- *Какие чувства «отзывались» легче? Какие было сложнее уловить?*
- *Какие трудности возникали при выполнении упражнения?*
- *Какие из пар чувств вы чаще испытываете в повседневной жизни?*
- *Как можно смягчить проявления неприятных нам чувств? (например, вспомнить, как звучит, каково на вкус противоположное чувство?)*

Упражнение - релаксация «Маяк»

**Цель:** снятие психоэмоционального напряжения; оптимизация психоэмоционального состояния.

**Время:** 10 – 15 минут.

**Инструкция:** Под релаксационную музыку с шумом волн ведущий зачитывает текст.

«Представьте маленький скалистый остров вдали от континента...

На вершине острова – высокий, крепко поставленный маяк...

Вообразите себя этим маяком, стоящим на скалистом острове...

Ваши стены такие толстые и прочные, что даже сильные ветры, постоянно дующие на острове, не могут покачать вас...

Из окон вашего верхнего этажа вы днем и ночью, в хорошую и плохую погоду посылаете мощный пучок света, служащий ориентиром для судов...

Помните о той энергетической системе, которая поддерживает постоянство вашего светового луча, скользящего по океану, предупреждающего мореплавателей о мелях и являющегося символом безопасности для людей на берегу...

Теперь постарайтесь ощутить внутренний источник света в себе, — света, который никогда не гаснет...»

Далее в течение 5-7 минут участники слушают музыку, погруженные в свои мысли, фантазируют. После окончания релаксации делятся впечатлениями.

Упражнение «Цветок настроения»

см. тренинг 1 «Знакомство»

Вопросы для обсуждения:

- *В целом, что интересного и полезного вынесли из цикла занятий?*
- *Что могли бы использовать в жизни?*
- *Что хотелось бы узнать или проработать более подробно? (возможность для записи на очную консультацию, если выявлен запрос)*

## 2 блок «Девичник»

**Цель:** повышение коммуникативных компетенций девушек-подростков при взаимодействии с противоположным полом, профилактика ранней (нежелательной) беременности.

**Задачи:**

1. Повысить уровень социальной компетентности в подростковой среде

2. Сформировать нравственные нормы в системе интимных отношений
3. Повысить сексуальную культуру девушек-подростков
4. Развить навыки конструктивного разрешения конфликтов и саморегуляции.

Программа рассчитана на 7 тренинговых занятий продолжительностью 1,5 – 2 часа.

**Целевая аудитория:** девушки 14 – 18 лет (воспитанники и выпускники организаций для детей-сирот/замещающих семей)

**Тип группы:** открытая (число участников не превышает 10 – 12 человек).

**Структура занятия:**

1. Знакомство/приветствие. Разминка.

**Цель:** установление контакта, снижение уровня психоэмоционального напряжения, активизация работы в группе.

2. Основная часть занятия.

**Цель:** повышение уровня социальных компетенций, развитие навыков конструктивного взаимодействия, формирование нравственных норм в системе интимных отношений.

3. Рефлексия/обратная связь. Подведение итогов.

**Цель:** ретроспективная оценка занятия в эмоционально-смысловом и эмоционально-оценочных аспектах, вентиляция чувств.

**Содержание программы:**

1. Занятие №1. «Друзья-подружки»
2. Занятие №2. «Влюблённость и любовь»
3. Занятие №3. «Первое свидание»
4. Занятие №4. «Как построить гармоничные отношения»
5. Занятие №5. «Интимные отношения. Когда уже пора?»
6. Занятие №6. «Он мне изменил...»
7. Занятие №7. «Расставание. Как и почему это случается»

**Занятие №1. «Друзья-подружки»**

Приветствие. Разминка.

Здравствуйте, участники тренинга. Меня зовут... Приветствую вас на нашем «Девичнике». «Девичник» предполагает общение на интересующие нас – девочек – темы. В ходе наших с вами занятий мы будем говорить о том, что такое дружба, влюблённость и чем она отличается от любви, как вести себя на первом свидании, как пережить измену и расставание и насколько важны интимные отношения между парнем и девушкой.

Наше сегодняшнее занятие называется «Друзья – подружки» и говорить мы с вами будем о дружбе.

Но для начала я предлагаю вам представиться рассказать несколько слов о себе. В этом нам помогут карточки представления.

**Упражнение «Знакомство».**

**Цель:** знакомство с участниками группы, снижение уровня психоэмоционального напряжения, развитие навыков самопрезентации, активизация работы в группе.

**Время:** 10 – 15 минут.

**Оборудование:** карточки представления (см. Приложение 1), фломастеры и бейджи.

Ведущий раздаёт каждому участнику карточки – заготовки, в которых нужно продолжить фразы. Через некоторое время участники рассказывают о себе группе, опираясь на текст заполненной карточки.

**Вопросы для обсуждения:**

- Сложно ли было заполнять карту?

- Сложно ли было рассказывать о себе группе?
- Какая из неоконченных фраз вызвала наибольшее затруднение и почему?

В ходе упражнения участницы подписывают бейджи.

### **Основная часть занятия.**

*Тренинг – это совместный вид деятельности.* Для того, чтобы упорядочить наши с вами взаимоотношения во время занятия, существуют определённые правила поведения в тренинговой группе. Давайте познакомимся с этими правилами.

#### Правила поведения в тренинговой группе.

##### 1. Единая форма обращения.

Все участники тренинга обращаются друг к другу по имени и на «ты».

##### 2. Общение по принципу «здесь и сейчас»

Во время занятия все говорят только о том, что волнует их именно сейчас и обсуждают только то, что происходит в группе.

##### 3. Правило конфиденциальности.

Всё, что происходит на занятии, не разглашается и не обсуждается вне тренинговой группы.

##### 4. Персонификация высказываний.

На занятии общение происходит только от своего имени и обращаемся мы лично к кому-то.

##### 5. Правило обратной связи.

После выполнения упражнений и в конце каждого занятия участники высказываются о своих впечатлениях, возникших мыслях, испытанных чувствах, о том, что нового они узнали.

##### 6. Искренность и уважение.

Участники не допускают неуважительного отношения друг к другу, обратная связь не допускает лукавства.

##### 7. Правило пользования мобильными телефонами.

На время проведения занятия мобильный телефон должен быть выключен.

Напоминаю, что сегодня мы будем говорить о дружбе. Наверно, у каждой из нас есть друзья. Но помимо друзей есть люди, с которыми мы общаемся достаточно часто, по необходимости либо по собственному желанию. Совокупность этих людей представляет собой круг общения.

Есть люди, круг общения которых очень широкий, – они общаются с большим количеством людей, им важно быть всё время в центре событий, в центре жизни. Есть люди, у которых, наоборот, круг общения достаточно узок, он включает в себя только избранных людей, с которыми человек предпочитает общаться и поддерживать доверительные отношения.

#### Упражнение «Мой круг общения».

Цель: определение своего круга общения, выделение эмоционально значимых людей.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: планшеты, листы А4, карандаши, ручки, фломастеры.

Участникам предлагается записать на листе бумаги имена и фамилии тех людей, с которыми время от времени им приходится контактировать. В этот круг могут попасть родственники, друзья, знакомые, преподаватели и др. (список включает в себя не менее 50 человек). Далее идёт работа со списком.

1. Отметьте тех людей, общение с которыми доставляет вам удовольствие.
2. Отметьте в списке тех людей, с которыми вам бы хотелось проводить большее количество времени, чем вы проводите сейчас.
3. Отметьте тех, которых бы вам хотелось узнать лучше.
4. Отметьте тех, кому бы вы могли довериться в трудной ситуации или к кому могли бы обратиться за помощью.

Вопросы для обсуждения:

- Кого из этого списка вы могли бы назвать своим другом?
- Какие качества наиболее предпочитаемых людей позволяют им оказаться в вашем узком круге общения?

#### Упражнение «Настоящая дружба».

Цель: дать возможность участникам смоделировать образ «настоящей дружбы», показать многоаспектность этого понятия.

Время: 20 – 25 минут.

Оборудование: ватман, планшеты, бумага А4, фломастеры, ручки или карандаши.

Ведущий предлагает участникам записать на бумаге ассоциации к слову «дружба» (не менее 10). Затем из индивидуальных списков формируется общий на листе ватмана. Далее участники в ходе обсуждения выделяют несколько наиболее подходящих к понятию «настоящая дружба» ассоциаций (от 5 до 10) и ранжируют их в порядке значимости.

Вопросы для обсуждения:

- Насколько ваше понимание дружбы совпадает с общегрупповым?
- Что бы вы добавили к этому списку? (чего по вашему мнению не хватает?)

#### Упражнение «Настоящий друг».

Цель: дать возможность участникам смоделировать образ настоящего друга.

Время: 20 – 25 минут

Оборудование: планшеты, бумага А4, ручки, фломастеры, ватман.

Ведущий предлагает участникам записать на бумаге качества, которые присущи настоящему другу (не менее 10). Затем из индивидуальных списков формируется общий на листе ватмана. Далее участникам предлагается в ходе обсуждения выделить не менее 10 самых важных на их взгляд качеств, проранжировать их по значимости, схематично изобразить на листе ватмана настоящего друга и записать, какими качествами он должен обладать.

Вопросы для обсуждения:

- Насколько ваше понимание настоящего друга совпадает с общегрупповым?
- Хотелось бы добавить к общему списку качеств ещё какие-то?
- Есть ли в вашем окружении человек, обладающий всеми перечисленными качествами?

Завершение занятия. Рефлексия. Подведение итогов.

#### Упражнение – обратная связь «Я хочу пожелать...»

Цель: дать возможность участникам произвести рефлексивный анализ тренингового занятия, дать возможность получить обратную связь от других участников группы.

Время: 10 минут.

Ведущий предлагает участникам высказать своё мнение о прошедшем занятии: что понравилось/не понравилось, что запомнилось, что заставило задуматься и др., пожелать что-нибудь участникам группы (возможно, какому-то конкретному участнику).

### **Занятие №2. «Влюблённость и любовь».**

Приветствие. Разминка.

*Здравствуйте. Сегодня у нас с вами второе занятие клуба «Девичник». Мы с вами будем говорить о таком чувстве как любовь. Но для начала предлагаю вам немного пошутить.*

#### Упражнение «Джаз-концерт».

Цель: снижение уровня психоэмоционального напряжения, активизация работы группы.

Время: 5 минут.

Группа стоит в круге. Ведущий начинает издавать какой-либо ритмичный звук, например,

притопывать ногой. Стоящий справа участник добавляет свой звук, например, хлопает в ладоши, и так далее, пока все участники по очереди не вступают в общее исполнение. Можно сделать то же самое, но в порядке убывания.

Основная часть занятия.

*А теперь мы с вами переходим к нашему разговору. Скажите, вы были влюблены когда-нибудь? Как вы думаете, чем любовь отличается от влюблённости? (время для высказываний – 10 минут)*

#### Упражнение «Высказывания».

Цель: создание условий для высказывания собственного мнения, дискуссии, принятия общего мнения, развитие навыков самопрезентации.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: заранее заготовленные карточки с высказываниями о любви, влюблённости и отношениях между мужчиной и женщиной (см. Приложение 2).

Участникам предлагается по очереди вытянуть одну из карточек, озвучить её содержание и высказать своё мнение по поводу написанного. Остальные участники могут выразить своё согласие/несогласие, дополнить высказывание.

#### Вопросы для обсуждения:

- *Какое из высказываний вызвало наиболее бурное обсуждение? Как вы думаете, почему?*
- *Какое высказывание вам понравилось/не понравилось (запомнилось) больше всего?*

#### Упражнение «Рисунок о любви».

Цель: снижение психоэмоционального напряжения средствами арт-терапии, развитие навыков самопрезентации.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: бумага А4, фломастеры, цветные карандаши, планшеты.

Участникам предлагается нарисовать абстрактное изображение любви, представить свой образ участникам, рассказать о нём и своих ощущениях во время создания рисунка.

#### Вопросы для обсуждения:

- *Чей рисунок кажется вам наиболее похожим на ваш?*
- *Какие чувства вы испытывали в процессе выполнения задания?*

#### Упражнение «Проявления любви».

Цель: создание условий для высказывания собственного мнения, моделирование проявления чувств у лиц противоположного пола.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: флипчарт, маркеры.

Участники разбиваются на две команды, одной из которых предлагается описать, как проявляют свою любовь девушки, второй – как проявляют свою любовь парни. Ведущий фиксирует высказывания участников на флипчарте.

#### Вопросы для обсуждения:

- *Что общего в проявлениях любви у девушек и молодых людей?*
- *Какие проявления любви чаще всего используются в вашем круге общения?*

Завершение занятия. Рефлексия. Подведение итогов.

#### Упражнение – обратная связь «Я хочу пожелать...»

Цель: дать возможность участникам произвести рефлексивный анализ тренингового занятия, дать возможность получить обратную связь от других участников группы.

Время: 10 минут.

Ведущий предлагает участникам высказать своё мнение о прошедшем занятии: что понравилось/не понравилось, что запомнилось, что заставило задуматься и др., пожелать что-нибудь участникам группы (возможно, какому-то конкретному участнику).

### **Занятие №3. «Первое свидание»**

Приветствие. Разминка.

*Здравствуйте. Для начала предлагаю вам поиграть в игру.*

Упражнение «Ассоциации».

Цель: активизация работы в группе, создание атмосферы группового единства.

Время: 5 минут.

Оборудование: мяч.

Участникам предлагается, передавая мяч по кругу в произвольном порядке, называть ассоциации на каждого участника в заданной категории. Например, ведущий задаёт категорию «Фрукты» и участники ассоциируют друг друга с тем или иным фруктом и т.д. Категории могут быть неожиданными и более абстрактными для того, чтобы усложнить задание.

Основная часть занятия.

*Тема нашего сегодняшнего занятия – «первое свидание». Наверное, многие из вас уже бывали на первом свидании. (Время для высказываний). Я предлагаю вам подумать и ответить вот на какой вопрос: что для вас было важно узнать на первом свидании, чтобы понять, что это свидание не станет последним? (Время для высказываний и обсуждения – 10 – 15 минут). По итогам обсуждения можно составить список важных моментов, основанных на личном опыте участников.*

Упражнение «А что мы чувствуем, когда...»

Цель: развитие навыков эмпатии, повышение уверенности в себе.

Время: 10 – 15 минут.

Оборудование: флипчарт, маркеры.

Участникам предлагается подумать и записать на флипчарте те чувства, которые они испытывали на первом свидании (или, по их мнению, испытывает на первом свидании девушка) и те чувства, которые, как им кажется, испытывают на первом свидании парни.

Вопросы для обсуждения:

- *похожи ли эти списки между собой?*
- *что в них общего? какие есть различия?*
- *какие чувства из этого списка оцениваются нами как положительные?*
- *какие из них отрицательные? каким образом можно бороться с отрицательными эмоциями на первом свидании?*

Упражнение «Групповой коллаж «Первое свидание».

Цель: развитие навыков взаимодействия, развитие навыков самопрезентации, оценка своих представлений о первом свидании, снижение уровня психоэмоционального напряжения средствами арт-терапии.

Время: 25 – 30 минут.

Оборудование: ватман, клей, журналы с картинками, маркеры, цветные карандаши, музыкальный центр или ноутбук.

Участникам под музыку предлагается представить себе своё первое свидание с симпатичным кавалером. Далее с помощью картинок из журналов и других подручных средств участники

тренинга создают совместный коллаж. Можно выполнять задание самостоятельно, можно объединиться в микрогруппы. После окончания работы участники презентуют результат совместной деятельности, поясняя, почему выбрали именно тот или другой символ.

Вопросы для обсуждения:

- *Похожи ли ваши представления о первом свидании на представления других участников?*
- *Что бы вы исключили из общей работы? Что бы добавили?*

Упражнение «Идеальное свидание»

Цель: дать возможность участникам проанализировать свои ожидания.

Время: 10 – 15 минут.

Оборудование: планшеты, бумага А4, ручки или карандаши.

Участникам предлагается высказаться на тему идеального свидания, какое оно должно быть, что важно при первом свидании. Далее нужно кратко записать на бумаге основные тезисы – пожелания к первому свиданию.

Вопросы для обсуждения:

- *Какие ожидания (требования) от первого свидания у других участников вам кажутся несколько завышенными или, может, заниженными?*
- *Какими ожиданиями (требованиями) можно пренебречь, а какие принципиальны?*

Упражнение «Опиши предмет».

Цель: расширение знаний о своём «Я», снижение уровня психоэмоционального напряжения.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: набор предметов для песочной терапии, планшеты, бумага А4, ручки.

Участникам предлагается выбрать предмет, который пришёлся по душе/по какой-то причине привлёк к себе внимание. Далее участники составляют небольшой рассказ о выбранном предмете. Рассказ должен носить описательный характер. Например, какой этот предмет по характеру, для чего он нужен людям, есть ли у него друзья, какие качества присущи этому предмету и др.

После того, как рассказ составлен, участники зачитывают результат своей деятельности группе, заменяя название предмета и любые упоминания о нём на личные местоимения, характеризующие участника как личность.

Вопросы для обсуждения:

- *Похожи ли характеристики выбранного вами предмета на вас?*
- *Что нового узнали о себе?*

Завершение занятия. Рефлексия. Подведение итогов.

Упражнение – обратная связь «Я хочу пожелать...»

Цель: дать возможность участникам произвести рефлексивный анализ тренингового занятия, дать возможность получить обратную связь от других участников группы.

Время: 10 минут.

Ведущий предлагает участникам высказать своё мнение о прошедшем занятии: что понравилось/не понравилось, что запомнилось, что заставило задуматься и др., пожелать что-нибудь участникам группы (возможно, какому-то конкретному участнику).

**Занятие №4. «Как построить гармоничные отношения»**

Приветствие. Разминка.

*Здравствуйте. Сегодня у нас четвёртое занятие клуба «Девичник». Предлагаю на этот раз поговорить о том, как построить гармоничные отношения в паре. Но для начала давайте выполним с вами вот такое упражнение.*

### Упражнение «Что со мной произошло».

Цель: активизация работы в группе, создание атмосферы группового единства.

Время: 5 – 10 минут.

Участникам предлагается поделиться приятными событиями, которые произошли в их жизни с момента последней встречи.

Основная часть занятия.

*Хорошо. А сейчас приступим к обсуждению нашей сегодняшней темы. Мне бы хотелось, чтобы каждая из вас высказала ассоциации, которые возникают у неё на словосочетание «гармоничные отношения». (Участники высказываются, ведущий задаёт уточняющие вопросы, вовлекает участников в дискуссию. Время обсуждения – 10 – 15 минут).*

*А теперь давайте выведем общегрупповое понятие «гармоничные отношения».*

*Как вы думаете, что нужно для того, чтобы построить гармоничные отношения? (Время на высказывания. Примерные ответы: доверять друг другу, уважать друг друга, заботиться о любимом человеке, разговаривать с ним, уважать/разделять его увлечения...)*

### Мини-лекция «5 языков любви».

Цель: дать участникам представление о способах выражения чувств к партнёру.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: ноутбук, проектор, тематическая презентация.

*Есть в психологии отношений такое понятие «язык любви». Вы что-нибудь знаете об этом?*

По мнению Гери Чепмена существует 5 языков любви:

1. Слова одобрения (фразы поддержки, комплименты)
2. Качественное время (безраздельное внимание к партнёру)
3. Подарки (визуальное и материальное олицетворение любви)
4. Акты служения (выражение любви через действие)
5. Физическое прикосновение (выражение любви через тактильные ощущения).

### Язык любви №1: Слова одобрения

У каждого из нас бывают ситуации, где мы не чувствуем себя уверенно. Нам не хватает смелости, и эта нехватка смелости удерживает нас от того, чтобы мы совершили те полезные поступки, которые хотели бы совершить. Возможно, что потенциал, скрытый в вашем единственном или вашей единственной, только и ждёт ваших слов ободрения.

Вербальные комплименты, или слова одобрения, являются мощными коммуникаторами любви. Лучше всего они выражаются в простых и незамысловатых фразах поддержки, таких как:

- «Ты такая сексуальная в этом платье!»
- «Класс! Тебе очень идёт этот костюм! Ты в нём такой представительный!»
- «Я обожаю твой пирог. У тебя он получается какой-то особенно вкусный!»
- «Я так счастлива, что у меня такой заботливый муж!»
- «Спасибо, что убрал в доме и дал мне время заняться собой»
- «Мне очень приятно, что ты вымыл посуду»

Слова одобрения не стоит понимать как способ давления на любимого человека с целью получения желаемого результата. Они необходимы для того, чтобы вдохновить его на развитие тех интересов, которые у него уже есть. Если мы хотим словами передать чувства любви, то нам необходимо использовать добрые слова. Важна также и манера речи. В зависимости от вашей интонации одно и то же предложение может иметь разные значения. Утверждение «Я тебя люблю», произнесённое с добротой и нежностью, может стать искренним признанием в любви. Однако: «Я тебя люблю?». Знак вопроса в корне меняет значение этих трёх слов, не правда ли? Иногда наши слова говорят одно, а тон нашего голоса



говорит абсолютно другое. Мы посылаем двусмысленные сообщения. Наш возлюбленный или возлюбленная обычно интерпретирует наше послание исходя из тона, каким оно было произнесено, а не исходя из значения сказанных слов.

Например, фраза «Я буду просто счастлив, если помою посуду сегодня вечером», сказанная недовольным голосом, не будет принята как выражение любви. С другой стороны, мы можем делиться болью, переживаниями и даже раздражённостью. Но если сделать это по-доброму, то это будет принято как выражение любви. «Мне было довольно плохо от того, что ты не предложил мне свою помощь сегодня вечером» — если произнести это открыто и по-доброму, то это может быть принято как выражение любви.

Важно научиться выражать свои желания в форме просьб, а не в форме требований. Например, муж, который говорит своей жене: «Милая, помнишь, ты пекла вкуснейший пирог? Не могла бы ты испечь такой же на этой неделе? Обожаю твой пирог», — подсказывает своей жене, как любить его, и таким образом, строит близкие отношения. С другой стороны, муж, который говорит: «Не ел пирога с тех пор, как ты села на диету. Не думаю, что мне светит попробовать его в ближайшее время» перестал быть взрослым и ведёт себя, как подросток. Такие требования не строят близких отношений.

Просьба несёт в себе элемент выбора. Ваш партнер может либо принять просьбу, либо отказать в ее выполнении, так как любовь — это всегда выбор. Вот что придает ей смысл.

Если основной эмоциональный язык вашего возлюбленного — слова ободрения, тогда следует запомнить, что комплименты, слова ободрения и просьбы, а не требования повышают его или её самооценку. Они создают ощущение близости, излечивают раны и в полной мере выявляют потенциал вашей половины.

### Язык любви №2: Качественное время

"Качественное время" — это время, когда вы уделяете человеку своё безраздельное внимание. Это не то время, когда вы сидите вместе на диване и смотрите телевизор. Качественное время подразумевает сидеть на диване при выключенном телевизоре, глядя друг на друга, и разговаривать, отдавая друг другу всё своё внимание безраздельно. Это пойти на прогулку, где только вы вдвоём, или пойти поужинать в ресторане, смотреть друг на друга и разговаривать. Кстати, в ресторане можно сразу определить пары, которые вместе уже долгие годы и пары, которые пришли на свидание. Те, которые пришли на свидание, смотрят друг на друга и разговаривают. Семейные пары сидят там и смотрят по сторонам. Их цель — просто пообедать.

Ключевым аспектом качественного времени является близость. Некоторые пары думают, что проводят время вместе, в то время как в действительности они просто живут по соседству друг с другом. Они в одном и том же доме, в одно и то же время, но они не вместе. Качественное время не означает проводить время вместе, уставившись в глаза друг другу. Это значит, что мы что-то делаем вместе и отдаём всё своё внимание другому человеку. Пусть то, что мы делаем вместе — не частое явление. Эмоциональная важность этого состоит в том, что в это время мы полностью фокусируемся друг на друге.

Разговор на языке любви «качественное время» играет очень важную роль. Большинство людей, которые говорят, что их половина не разговаривает с ними, не подразумевают того, что он или она в буквальном смысле не произносят ни слова. Имеется в виду то, что они редко принимают участие в диалоге. Если первичным языком вашей половины является качественное время, то такая беседа является для него или для неё очень важным свидетельством того, что они любимы.

Ещё одним немаловажным аспектом языка любви «качественное время» является качественная деятельность, которая может включать в себя всё, что интересно вам обоим или одному из вас. Главная цель качественной деятельности — пережить что-либо вместе, закончить это с чувством: «Он заботится обо мне. Он хотел делать вместе со мной то, что

приносит мне удовольствие и делал это с позитивным отношением». Это для многих людей самое громкое проявление любви.

### Язык любви №3: Получение подарков

Подарки — это визуальное олицетворение любви, это что-то такое, что вы можете подержать в руках и сказать: «Он думал обо мне» или «Она вспоминала обо мне». Для того, чтобы подарить кому-либо что-либо, необходимо для начала о нем помнить. И подарок является символом этих мыслей. Стоимость подарка не имеет значения. Единственное, что важно — это то, что вы думали об этом человеке. И значение имеет не только мысль, сохранённая в сознании, но мысль, воплощённая в сохранённом подарке и отданная в качестве выражения любви.

Визуальные символы любви для некоторых людей являются более важными, чем все остальные. Вот почему отношение к обручальным кольцам у разных людей разное. Некоторые никогда не расстаются с кольцом после свадебной церемонии. Другие его никогда даже не надевают. Это ещё одно подтверждение того, что у разных людей разные основные языки любви.

Существует неосязаемый подарок, который иногда говорит громче, чем любой подарок, который можно держать в руках — так называемый подарок самого себя или подарок присутствия. Быть рядом тогда, когда вашей второй половине это необходимо, — очень сильное проявление любви тому, чьим основным языком любви является язык получения подарков.

Если эмоциональный язык любви вашей второй половины именно этот, а вы редко ему или ей дарите подарки, перестаньте беспокоиться о своих сбережениях. Вы всегда будете откладывать, но инвестирование в любовь вашей второй половин — это покупка самых надёжных акций. Помните, что подарки — это видимые символы любви, независимо от того, купили вы их, сделали своими руками, или это просто ваше присутствие рядом. Подарки показывают, что вам не все равно, что эти отношения важны для вас.

### Язык любви №4: Акты служения

Под актами служения понимается выполнение тех действий, которые желает ваш любимый человек. Вы ищете способ сделать ему или ей что-то приятное, служа, выражаете свою любовь, делая что-либо для него или для неё.

Такие действия, как приготовление завтрака, обеда и ужина, стирка и глажка белья, чистка раковины от волос, уборка дома, вынос мусора, смена пелёнок, поклейка обоев, вытирание пыли, обслуживание машины и очистка салона, прогулка с собакой, уборка за кошкой и смена воды в аквариуме — всё это является актами служения. Они требуют размышления, планирования, времени, усилий и энергии. Совершённые с положительным отношением, они являются несомненным выражением любви.

Если же вы критикуете своего любимого или любимую за то, что он или она ничего не делает для вас, возможно, это указывает на то, что вашим основным языком любви являются «акты служения». К актам служения никогда не нужно принуждать. Их нужно просто давать, получать и совершать таким образом, как об этом просят. Помните, что просьбы дают любви направление. Требования останавливают течение любви.

### Язык любви №5: Физическое прикосновение

Физическое прикосновение является также мощным средством для передачи любви. Держаться за руки, обниматься, целоваться, совершать половой акт — всё это пути передачи эмоциональной любви своей второй половине. Для многих людей физическое прикосновение является основным языком любви, без этого они не чувствуют себя любимыми. Благодаря прикосновениям их эмоциональный сосуд наполняется и они чувствуют себя в безопасности,

окружённые любовью своего избранника или избранницы.

Однако следует помнить, что физическое прикосновение может как инициировать, так и разрушить отношения. Оно может передавать и любовь, и ненависть. Для человека, чьим основным языком любви является язык физического прикосновения, такое послание звучит гораздо громче, чем слова: «Я тебя люблю» или «Я тебя ненавижу».

Скрытые любовные прикосновения требуют мало времени, но много размышления, особенно, если физическое прикосновение не является вашим основным языком, и если вы не выросли в «семье прикосновений».

Для того чтобы сидеть, прижавшись друг к другу, и смотреть любимый фильм по телевизору, дополнительного времени не требуется. Но это может громко говорить о вашей любви. Всего лишь мгновение необходимо для того, чтобы прикоснуться к вашему любимому, когда вы проходите мимо него в комнате. Прикосновение к вашей любимой, когда вы уходите из дому и когда возвращаетесь обратно, может носить характер краткого поцелуя или объятия, но это может ей сказать об очень многом.

Физическое прикосновение — это жест любви, который проникает в самую глубину вашего естества. В качестве языка любви это является мощной формой коммуникации, начиная от лёгкого прикосновения к плечу и заканчивая самым страстным поцелуем.

### Как определить свой язык любви?

Гери Чемпен предлагает три способа определения основного языка любви:

- 1-ый способ: Что из того, что ваша вторая половинка делает или не делает, говорит или не говорит, больше всего ранит вас? Противоположное тому, что причиняет вам наибольшую боль, возможно и является вашим основным языком любви.
- 2-ой способ: Чего вы чаще всего требовали от своей второй половины? То, что вы просили чаще всего, весьма вероятно и является тем, что даст вам почувствовать себя любимой(-ым).
- 3-ий способ: Каким образом вы регулярно выражаете любовь своей второй половине? Ваш способ выражения любви может быть индикатором того, что может помочь и вам почувствовать себя любимой(-ым).

Использование этих трёх подходов, вероятно, сможет дать вам возможность определить свой основной язык любви. Если два языка представляются вам равными, то есть они оба громко говорят вам о любви, то вы, возможно, двуязычны. Если это так, то вы облегчаете задачу своей второй половине. Теперь у неё есть две возможности, любая из которых надёжно передаёт вам любовь.

Все мы заводим отношения с человеком, обладая различными личностными характеристиками и определённым жизненным опытом. Мы приходим в отношения с разными ожиданиями, разным подходом к решению проблем, с различными мнениями по поводу жизненных ценностей. Гери Чемпен считает, что в здоровых отношениях, а затем и в браке всё это должно быть подвержено изменениям. Нам не нужно соглашаться со всем, но нам необходимо найти путь такого обращения с нашими различиями, чтобы они не стали разъединяющими. Живя с пустым сосудом любви, семейные пары склонны к спорам и отчуждению, некоторые — к словесному или физическому насилию при решении проблем. Но когда сосуд любви полон, мы создаём атмосферу дружеских отношений, атмосферу стремления к пониманию, которое позволяет быть разными, обсуждать проблемы и находить компромиссы.

### Вопросы для обсуждения:

- *Подумайте, на каком языке любви говорите вы?*
- *А на каком языке любви вам бы хотелось, чтобы разговаривали с вами?*

### Упражнение «Выбор будущего партнёра».

Цель: оценка своих представлений о будущем партнёре.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: заранее заготовленные карточки (см. Приложение 3), ручки, планшеты.

Участникам предлагается заполнить карточки своими представлениями о будущем партнёре (супруге) или личностными качествами, которые необходимы.

Вопросы для обсуждения:

- *На что вы ориентировались при выборе качеств будущего партнёра?*
- *Какие представления не учитывались?*

Упражнение – кокотест «Сказка о прекрасной принцессе».

Цель: расширение знаний о своём «Я», снижение уровня психоэмоционального напряжения.

Время: 30 – 35 минут.

Оборудование: текст кокотеста и его интерпретация (см. Приложение 4), ручка, бумага А4, планшет, цветные карандаши, фломастеры.

Участникам предлагается пройти кокотест и интерпретировать его результаты.

Вопросы для обсуждения:

- *Что нового узнали о себе?*

**Завершение занятия. Рефлексия. Подведение итогов.**

Упражнение – обратная связь «Я хочу пожелать...»

Цель: дать возможность участникам произвести рефлексивный анализ тренингового занятия, дать возможность получить обратную связь от других участников группы.

Время: 10 минут.

Ведущий предлагает участникам высказать своё мнение о прошедшем занятии: что понравилось/не понравилось, что запомнилось, что заставило задуматься и др., пожелать что-нибудь участникам группы (возможно, какому-то конкретному участнику).

**Занятие №5. «Интимные отношения. Когда уже пора?»**

Приветствие. Разминка.

*Здравствуйте. Прежде, чем начать наше сегодняшнее занятие, предлагаю вам выполнить следующее упражнение.*

Упражнение «Настроение – осень».

Цель: активизация работы в группе, создание атмосферы группового единства.

Время: 5 минут.

Участникам предлагается по очереди описать своё настроение, используя образы природных явлений и погоды. Например, «Моё настроение сегодня похоже на летнее солнечное утро».

Основная часть занятия.

*Сегодня пятое занятие клуба «Девичник». Предлагаю вам поговорить об интимных отношениях между юношами и девушками. Мне бы хотелось, чтобы каждая из вас обозначила своё отношение к этой теме.*

Вопросы для обсуждения:

- *Насколько важны интимные отношения между парнем и девушкой?*
- *Когда пора начинать эти отношения? Чем это определяется?*
- *Какие чувства при этом испытывают партнёры?*
- *Влияют ли интимные отношения на отношения в паре?*

*Время обсуждения: 15 – 20 минут.*

*Интимные отношения должны происходить по обоюдному согласию и желанию партнёров.*

*Предлагаю вам обсудить это в следующем упражнении.*

### Упражнение «4 угла».

Цель: постановка проблемы, по отношению к которой подростки должны занять определённую позицию.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: заранее заготовленные карточки (см. Приложение 5), скотч.

Ведущий предлагает участникам представить следующую ситуацию. «Представьте, что тот, которого ты очень любишь, предлагает тебе интимные отношения, и в случае твоего отказа будет сомневаться в твоей любви (бросит тебя). Как ты поступишь в этой ситуации?»

1. согласишься, почему бы и нет
2. Обидишься на такое заявление
3. согласишься на интимные отношения из-за страха потерять любимого
4. Свой вариант ответа.

Каждый угол в комнате соответствует одному из предложенных вариантов ответа. Участники выбирают наиболее привлекательный для себя вариант и занимают соответствующее ему пространство в комнате. Далее следует обсуждение и обмен мнениями.

Вопросы для обсуждения:

- *Возможна ли такая ситуация в жизни?*
- *Если бы это происходило на самом деле, чем бы закончился этот разговор?*
- *Эта ситуация повлияла бы на взаимоотношения в паре?*
- *Какие ещё проблемы, связанные с сексуальными отношениями, возникают у молодых людей?*

### Упражнение-дискуссия «Невыдуманная история».

Цель: дать возможность подросткам высказать своё отношение по заданной теме, развитие эмпатии.

Время: 20 – 25 минут.

Ведущий зачитывает участникам невыдуманные истории реальных людей. Участники по очереди высказывают своё мнение на затронутую в рассказе тему.

«Моей самой большой мечтой остается семья»

ЛЕНА (Санкт-Петербург): Мама родила меня после развода и так больше и не вышла замуж, поэтому я совсем не знала, что такое настоящая семейная жизнь. А мне очень хотелось узнать, пусть даже на своем примере.

С Сережей мы познакомились на танцах. Мне было 15, я училась в девятом классе. Сережа мне сразу понравился, он был красивый, высокий и хорошо танцевал. Ему уже исполнилось 16, но выглядел он гораздо старше. Я даже не знаю, почему он обратил на меня внимание, ведь на дискотеке было много красивых девчонок, и одета я была не очень модно. Мама мне не разрешала встречаться с мальчиками на стороне, ну, я стала приглашать Сережу к нам домой. Музыку слушали, смотрели телевизор... Сережа интересовался только музыкой и машинами, хотел быть шофером.

А я хотела семью. И поэтому не сильно сопротивлялась, когда Сергей начал склонять меня к «постельным» отношениям. Я почему-то решила, что он меня любит и тоже хочет семью.

Мы оба испугались, когда я поняла, что беременна. Я очень боялась рассказывать об этом маме, потому что не хотела, чтобы нас ругали. Я думала, она запретит нам видеться. Сережа предложил никому ничего не рассказывать, а дождаться родов, и тогда уже ничего нельзя будет запретить.

А потом живот стал заметен, и мама обо всем узнала. Она меня не ругала, только плакала и все время повторяла, что я сломала себе жизнь. Они договорились с бабушкой, что я поеду к ней в Калининград и там мне вызовут преждевременные роды. Я вернусь в Питер и закончу школу, а потом попробую поступить в институт. Но я не хотела в институт, я хотела семью.

Странно, что мама и бабушка не подумали, что ребенок уже живой, ведь он всюду шевелится, а если искусственные роды, то он будет уже не живой. Но я была на все согласна, только бы меня не разлучали с Сергеем.

Нам назначили обследование и день госпитализации. А я писала Сереже письма, и бабушка видела, как я скучаю. Она позвонила маме и сказала: «Они должны быть вместе, да и дите живое убивать негоже!» Мама вздохнула и пошла к Сережиным родителям.

Родители сначала Сережу отругали, потом обе мамы поплакали, успокоились и решили, что мне нужно рожать и нам с Сережей пожениться. Сергей сидел насупившись и никакой особой радости не выразил. Впрочем, и не возражал. Так я вернулась рожать домой.

Что заставило меня полюбить будущего ребенка? Наверное, сбывающаяся мечта о семье - нас будет трое. Я верила, что Сережа будет добрым, заботливым, будет нас любить и беречь. Ведь он не отказывался жениться. Но Сергей стал поступать в техникум и под этим предлогом приходил все реже и реже.

В конце августа я родила девочку, а 1 сентября пошла в 10 класс. Сережа меня не навещал, но встречать из роддома пришел. Был спокоен, удивительно сдержан, на вопрос об имени дочери ответил: «Как сама решишь».

В школе смотрели на меня кто с осуждением, кто с удивлением. Классная сказала, что я сделала большую глупость, начав так рано жить половой жизнью, но что правильно не стала портить здоровье абортom. И всегда отпускала меня с уроков покормить дочку или посидеть дома, если она хворала.

Сергей учился в техникуме и приходил все реже и реже. На вопросы о свадьбе отговаривался тем, что нужно скопить денег. А потом очередной мамин возлюбленный как-то поссорился с Сережей, заявив, что он мне не пара. Видимо, Сергей только этого и ждал. Или чего-то подобного. Он тоже вспылал, сказал, что никогда меня не любил и не хочет связывать со мной жизнь. Мол, ему еще рано быть отцом и мужем, он хочет встать на ноги, а семья будет ему только мешать. Родители Сережи бегали к нам, уговаривали сына, но он так и не изменил своего решения.

Так и не исполнилась моя мечта. До сих пор я одна, хотя дочери уже шесть лет. Мама тоже рассталась со своим последним мужчиной. И живем мы втроем - три женщины без мужей и отцов. Я очень люблю свою дочь и даже с ужасом думаю, что ее могло бы не быть. И сделала бы это я сама. Однако по-прежнему моей самой большой мечтой остается семья, в которой меня и дочь защищал бы и берег мужчина. Но семьи все нет и нет. А дочка любого проходящего в дом мужчину называет папой.

Вопросы для обсуждения:

- *Что помешало девушке из этой истории осуществить мечту о семье?*
- *Как вы думаете, какие чувства они испытывает?*
- *Как не повторить чужих ошибок?*

Завершение занятия. Рефлексия. Подведение итогов.

Упражнение – обратная связь «Я хочу пожелать...»

Цель: дать возможность участникам произвести рефлексивный анализ тренингового занятия, дать возможность получить обратную связь от других участников группы.

Время: 10 минут.

Ведущий предлагает участникам высказать своё мнение о прошедшем занятии: что понравилось/не понравилось, что запомнилось, что заставило задуматься и др., пожелать что-нибудь участникам группы (возможно, какому-то конкретному участнику).

Занятие №6. «Он мне изменил...»

Приветствие. Разминка.

*Здравствуйте. Тема нашей сегодняшней встречи – «измена». Поговорим сегодня с вами о*

том, что такое измена, об особенностях мужской и женской измены, можно ли её простить.

Но для начала предлагаю вам поиграть в игру «Качества».

#### Упражнение «Качества»

Цель: активизация работы в группе, создание атмосферы группового единства.

Время: 5 – 10 минут.

Оборудование: мяч или мягкая игрушка.

Ведущий передаёт по кругу предмет, предлагая участникам продолжить фразу: «Если я карандаш, то я... (острый, тонкий и др.)» и др. Фразы периодически меняются.

Вопросы для обсуждения:

- *Насколько названные качества предметов или явлений соответствуют вашему характеру?*
- *Что по этому поводу думают другие участники?*

Основная часть занятия.

Давайте вернёмся к основной теме нашего занятия. Предлагаю вам высказаться в отношении понятия «измена». (Время для обсуждения 10 минут).

#### Упражнение-дискуссия «Наши чувства».

Цель: создание условий для высказывания собственного мнения, принятия общего мнения, развитие уровня эмпатии.

Время: 25 – 30 минут.

Оборудование: ватманы, маркеры, флипчарт.

Участникам предлагается разделиться на две команды. Каждая команда получает ватман, на котором в течение 10 минут совместными усилиями описывает чувства:

1 команда: того, кому изменили;

2 команда: того, кто изменил.

Далее обе команды презентуют полученный результат совместной деятельности и анализируют, насколько схожи и различны их списки.

При таком количестве испытываемых чувств, наверно, можно сказать, что страдают оба участника отношений, хотя и каждый по-своему.

Вопросы для обсуждения:

- *А как вы считаете, чем отличается мужская измена от женской?*
- *Можно ли простить измену?*
- *Как наладить отношения после измены?*

#### Упражнение «Случай из жизни».

Цель: создание условий для высказывания собственного мнения, развитие навыков самопрезентации, работа с установками участников, поиск ресурсов.

Время: 50 – 60 минут.

Оборудование: карточки с описанием ситуаций (см. Приложение 6).

Участники знакомятся с предложенными ситуациями и высказываются в форме дискуссии о том, как бы они повели себя на месте героев обыденных историй.

Вопросы для обсуждения:

- *Сталкивались ли вы в своей жизни с подобными ситуациями?*
- *Готовы ли поделиться собственным опытом разрешения подобных ситуаций с другими участниками?*
- *Какими способами можно облегчить боль от измены? Насколько эффективен каждый из них?*

Завершение занятия. Рефлексия. Подведение итогов.

Упражнение – обратная связь «Я хочу пожелать...»

Цель: дать возможность участникам произвести рефлексивный анализ тренингового занятия, дать возможность получить обратную связь от других участников группы.

Время: 10 минут.

Ведущий предлагает участникам высказать своё мнение о прошедшем занятии: что понравилось/не понравилось, что запомнилось, что заставило задуматься и др., пожелать что-нибудь участникам группы (возможно, какому-то конкретному участнику).

### **Занятие №7. «Расставание. Как и почему это случается»**

Приветствие. Разминка.

*Здравствуйте. Тема нашей сегодняшней встречи – «расставание». Поговорим сегодня о том, что такое расставание, почему так случается, что людям нужно расстаться, всегда ли расставание имеет негативную окраску или расставание – это начало чего-то нового и о том, как пережить расставание. В конце занятия подведём итоги, вспомним, что нового узнали и сделаем себе небольшой подарок.*

*Для начала предлагаю вам поиграть в игру «Вопрос про соседа».*

Упражнение «Вопрос про соседа»

Цель: активизация работы в группе, создание атмосферы группового единства, дать участникам возможность осознать как они воспринимаются другими людьми.

Время: 10 минут.

Для начала упражнения выбираются два добровольца. Один из них пассивный, второй проявляет активность. Участники группы задают вопрос пассивному добровольцу, но за него в первом лице отвечает активный. По желанию добровольцы могут поменяться местами, или выбирается следующая пара.

Вопросы для обсуждения:

- *Какие чувства вы испытывали, когда слышали, как за вас отвечал другой человек?*
- *Многие ли ответы были вам близки?*

Основная часть занятия.

*Вернёмся к основной теме нашего занятия. Мне бы хотелось услышать ваше мнение о том, что такое расставание и какие могут быть причины для расставания у пары, которая вместе давно, и у той, которая начала строить отношения совсем недавно. (Время для обсуждения 10 минут). Ведущий на флипчарте записывает причины расставания у пар с различным стажем отношений. Участники анализируют в чём сходство и различие этих причин, и каким образом расставания в каждом случае можно было бы избежать. (Время для обсуждения 20 – 25 минут).*

*Мы с вами обсудили причины расставаний и как их можно избежать, но если расставание всё-таки неизбежно? Какие чувства испытывают люди? (Время на высказывания – 5 минут). Какими способами можно облегчить боль от расставания?*

Упражнение «Проверенный способ».

Цель: поиск ресурсов в ситуации расставания с партнёром методом мозгового штурма.

Время: 10 – 15 минут.

Оборудование: планшеты, бумага А4, ручки, флипчарт, маркеры.

Участники называют способы облегчения переживаний (составляют списки), затем ведущий записывает все способы на флипчарте. Способы могут быть любые, даже самые



невероятные.

Вопросы для обсуждения:

- *Какие из способов вам кажутся наиболее эффективными?*

*Способы мы с вами рассмотрели, однако бывает, что к нам приходят близкие люди (подруга, например) и ей хочется просто с нами поговорить о том, что произошло. Что бы вы сказали ей, что, по вашему мнению, могло помочь ей пережить ситуацию расставания?*

Упражнение «Слова утешения».

Цель: развитие эмпатии, развитие навыков самопрезентации.

Время: 10 минут.

Оборудование: небольшие листочки бумаги, ручки, шкатулка (коробка).

Участники пишут по три фразы утешения и бросают в шкатулку (коробку). Далее записки перемешиваются. Участники по очереди вытаскивают записку, зачитывают её и высказывают своё мнение о том, насколько подходящими им кажутся написанные фразы.

Вопросы для обсуждения:

- *Какие из фраз кажутся вам наиболее эффективными?*
- *Приходилось ли вам находиться в подобной ситуации?*

*А в завершение нашего занятия мне бы хотелось предложить вам следующее упражнение.*

Упражнение «Напиши себе письмо».

Цель: способствование осознанию собственного «Я», актуализация личного опыта работы в тренинговой группе.

Время: 15 – 20 минут.

Оборудование: бумага А4, ручки, планшеты, конверты, музыкальный центр или ноутбук.

Участникам предлагается закрыть глаза и представить себя через 5/10 лет. Подумать, что это будет за человек – Я в будущем. Какие у него будут интересы, мысли, желания, цели? Какая у него будет семья, работа? Что для него будет важным в жизни? Какие знания, полученные в ходе наших занятий, он будет применять за этот период своей жизни? Далее участники пишут письма себе будущему, кладут их в конверты, запечатывают и подписывают, когда их нужно открыть.

Вопросы для обсуждения:

- *Сложно ли было писать письмо самому себе?*
- *Какие чувства вы при этом испытывали?*

Завершение занятия. Рефлексия. Подведение итогов.

Упражнение – обратная связь «Я хочу пожелать...»

Цель: дать возможность участникам произвести рефлексивный анализ тренингового занятия, дать возможность получить обратную связь от других участников группы.

Время: 10 минут.

Ведущий предлагает участникам высказать своё мнение о прошедшем занятии: что понравилось/не понравилось, что запомнилось, что заставило задуматься и др., пожелать что-нибудь участникам группы (возможно, какому-то конкретному участнику).

**Приложения к блоку №2 «Девичник».**

**Приложение 1. Карточки представления участников.**

|      |  |
|------|--|
| Я... |  |
|------|--|

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| <b>Меня зовут...</b>                |  |
| <b>Я родилась...</b>                |  |
| <b>Характер у меня...</b>           |  |
| <b>Глаза у меня...</b>              |  |
| <b>Волосы у меня...</b>             |  |
| <b>Мне нравится...</b>              |  |
| <b>Больше всего я люблю...</b>      |  |
| <b>Я хочу, чтобы у меня было...</b> |  |
| <b>Я люблю себя за...</b>           |  |

### **Приложение 2. Высказывания о влюблённости и любви.**

|   |
|---|
| <p>Может, любовь и вправду болезнь, но, увы, не заразная. (Жарко Петан)</p>   |
| <p>Легче любить воспоминания, чем живого человека. (Пьер Ла Мюр)</p>  |
| <p>Говорят, что ложь убивает любовь. Но откровенность убивает ее быстрее. (Абель Эрман)</p>   |
| <p>Нет боли сильнее, чем та, что причиняют друг другу влюбленные. (Сирилл Коннолли)</p>   |
| <p>Если вы начинаете с самопожертвования ради тех, кого любите, то закончите ненавистью к тем, кому принесли себя в жертву. (Бернард Шоу)</p> |
| <p>Я всегда говорил, что женщина должна быть как хороший фильм ужасов: чем больше места остается воображению, тем лучше. (Альфред Хичкок)</p> |

|   |
|---|
| <p>Любовь как ртуть: можно удержать ее в открытой ладони, но не в сжатой руке. (Дороти Паркер)</p>  |
| <p>Любовь – как дерево; она вырастает сама собой, пускает глубоко корни во все наше существо и нередко продолжает зеленеть и цвести даже на развалинах нашего сердца. (Виктор Гюго)</p> |
| <p>В семейной жизни самый важный винт – это любовь. (А.П. Чехов)</p>  |
| <p>Любовь – это удивительный фальшивомонетчик, постоянно превращающий не только медяки в золото, но нередко и золото в медяки. (Оноре де Бальзак)</p>                                   |

### **Приложение 3. Представления о будущем партнёре**

| Представления, ориентированные на тело (внешность) | Представления, ориентированные на деятельность (работа, увлечения) |
|--|--|
|  |  |

|  |   |
|--|---|
| Представления, ориентированные на фантазии (будущее, религия, смысл жизни) | Представления, ориентированные на контакты (сколько времени готов уделять семье, друзьям) |
|--|---|

#### Приложение 4. Сказка о прекрасной принцессе.

Кто из женщин в детстве не любил волшебных сказок, повествующих о прекрасных принцессах и любящих их рыцарях. О, эти чарующие моменты! Восхитительные истории из детства! Как вы прекрасны! Как волнуют нас порой эти воспоминания...

Времена учтивых рыцарей и прекрасных дам давно уже прошли, но память о них хранится в чутких женских сердцах. Потому что каждой женщине хочется быть любимой и желанной. Давайте пофантазируем и попробуем воссоздать этот необыкновенный мир в своём воображении!

Итак, начинаем!

**1.** Представьте, что вы – принцесса, которая живёт в чудесном замке, который расположен...

Да, кстати, где же он расположен?

- 1). Окружён густым труднопроходимым, дремучим лесом.
- 2). Стоит на вершине крутого утёса, обрамляемого со всех сторон водами океана.
- 3). Вокруг замка раскинулось бесконечное, бескрайнее поле.
- 4). Недалеко от замка можно разглядеть много других замков. Этакая Долина Замков!
- 5). Вокруг замка разбит огромный сад, где много прекрасных плодоносящих деревьев.

**2.** Но ваш замок – это, конечно же, уникальное сооружение. Он чудесен. Вот только, в чём же его уникальность? Придумайте вашему замку «изюминку», чёрточку, которая выгодно отличит его от других замков.

**3.** Весёлое утро заглянуло в окошки вашей спальни и разбудило вас. Вы встали и стали собираться к завтраку с королём и королевой. Какие чувства вы испытываете этим утром?

Какое платье вы наденете для завтрака?

- 1). Белое;
- 2). Розовое;
- 3). Красное;
- 4). Чёрное;
- 5). Разноцветное.

**4.** Когда вы входите в обеденную залу, король и королева о чём-то болтают. Опишите, как они выглядят, какой у них характер и о чём они болтают?

**5.** Плотно позавтракав, вы идёте на прогулку. Выйдя во двор замка, вы видите коней, жующих травку. Сколько их, посчитайте? Вы подходите к одному из коней (вам очень хочется на нём покататься). Как выглядит он, какой у него нрав? Что вы сделаете для того,

чтобы приручить коня?

**6.** Обуздав коня, вы вскакиваете на него и, минуя ворота замка, направляетесь... А куда же вы направляетесь?

- 1). В густой тёмный дремучий лес;
- 2). Скачете по ровному полю;
- 3). Направляетесь к озерку, блестящему невдалеке, чтобы искупать коня и самой понежиться в прохладной водичке;
- 4). Летите галопом по ровной, вымощенной булыжником, дороге.

**7.** На пути вам встречается необычная женщина. Какая она?

- 1). Древняя, убелённая сединами старушка с мудрой улыбкой всезнания;
- 2). Гордая, надменная королева со злым взглядом;
- 3). Прекрасная девушка в весеннем, украшенном цветами и листьями платье с букетом полевых цветов в нежных руках;
- 4). Цыганка с манящим взглядом и лукавой усмешкой.

Она вам что-то говорит и дарит какой-то подарок. Что говорит женщина, и какой подарок дарит?

**8.** Вы возвращаетесь с прогулки и с удивлением обнаруживаете, что ваше место заняла самозванка, до кончиков волос похожая на вас. Король и королева обращаются с нею, словно она – это вы, любят и лелеют её. Но есть у самозванки одна черта, которая отличает её от вас. Что это за черта? Что вы будете делать? Как восстановите своё положение?

**9.** Вы справились со своей соперницей, и король, узнав об обмане, требует наказания для коварной лгуньи. Что вы сделаете с самозванкой? Как накажете?

**10.** Однажды в ваш замок пришёл прекрасный принц, который влюбился в вас и хочет сделать своей женой. Вам он тоже очень нравится. Принц принёс вам подарок:

- 1). Прекрасную алую розу, нежную и ароматную.
- 2). Великолепный золотой гарнитур работы великого мастера, утончённый, как раз под стать принцессе.
- 3). Маленького озорного щенка, весёлого и шаловливого.
- 4). Небывалую шкатулку с удивительным содержимым внутри, открыть которую можно, лишь разгадав секрет замка. Но, как только её вновь закрывают, содержимое шкатулки и секрет замка изменяется. И каждый раз нужно ломать голову, чтобы её открыть.

**11.** Готовясь к встрече с принцем, вы наденете какое-то украшение. Это:

- 1). Алмазные подвески, кольцо и диадему, сверкающие, лучистые, баснословно дорогие, своим сиянием способные затмить солнце.
- 2). Нитку простых белых жемчужных бус.
- 3). Рубиновые корону и браслет, горящие неземным огненным светом, пламенные, прекрасные.
- 4). Гарнитур из ценных пород дерева, лёгкий, весёлый, гремящий.
- 5). Необычное украшение: бархатку с металлическими шипами, кулон в форме черепа с костями, громыхающую железную цепь и т.д.
- 6). Ничего не наденете.

**12.** Вот и закончилась ваша свадьба. Вы и принц едете в свадебное путешествие длиной в несколько лет. Куда вы поедете:

- 1). В Горную страну;
- 2). В Лесное царство;
- 3). В страну, славящуюся своими морями;
- 4). В страну, главным девизом которой является: «Да здравствует комфорт!»

**13.** Какую одну вещь вы возьмёте в своё путешествие?

**14.** Какими словами вы закончите свою сказку? Напишите их.

**15.** Нарисуйте цветными карандашами ваше впечатление от только что прожитой вами

удивительной сказки.

### Расшифровка

1. Замок – этоместилище вашей души, то есть, ваше тело. Расположение замка, его окружение – это ваш быт, условия вашей жизни. Густой дремучий лес – множество преград и недомолвок, интриг, загадок и тайн, которыми потчуют вас окружающие. Жизнь запутана до предела, как пробраться сквозь лес мнений и советов? Высокий утёс, омываемый со всех сторон океаном – ваша отгороженность от других людей. Вы – по-своему одиноки. Но это одиночество создали себе сами. Может быть, вы хотите за счет этого отъединения добиться превосходства над окружающими вас людьми.

Бесконечное поле – вам мила свобода, вы любите волю, легко дышать, много двигаться, расчищаете себе пространство для жизни. Долина замков – вы любите общество и не можете терпеть одиночество. Вам необходимы рамки, чтобы вас окружали другие люди. Огромный сад – вы эстет и труженик. Любите доставлять людям приятное, отдавать плоды своего труда и желаете, чтобы другие делились с вами своим добром. Пытаетесь окружить себя ценными для вас людьми, теми, кто может с вами поделиться, одарить вас.
2. «Изыюминка» вашего замка – это особенность вашего характера, выгодно выделяющая вас из других людей. То, чего нет у других.
3. Король и королева – ваши родители. Платье, которое вы надели, это та маска, тот образ себя, который вы демонстрируете вашим родителям. Белое платье – вы хотите выглядеть чистой и невинной в глазах родителей. Образцом поведения.

Красное платье – вы хотите, чтобы родители почаще обращали на вас своё внимание, уделяли вам внимание, это своеобразный вызов вашим «предкам», мол, посмотрите на меня, какая я яркая!

Чёрное платье – вы что-то скрываете от родителей, не хотите рассказать, у вас есть какая-то тайна, вы закрыты от них, ушли в себя.

Розовое платье – вы хотите быть для ваших родителей всё тем же милым ребёнком лет пяти, чтобы вас всё так же опекали, жалели и любили.

Разноцветное платье – вы хотите показать своим родителям, насколько вы оригинальны, креативны, какая вы творческая личность, что с вами очень интересно! Утро символизирует утро вашей жизни. Ваши ощущения, с которыми вы встали с постели – это те же самые чувства, которые вы испытывали в детстве чаще всего.
4. То, о чём говорят король и королева за завтраком, – это их отношение к вам в детстве.
5. Количество коней – число молодых людей, которые вам нравились или которые были к вам равнодушны.

Конь – идеальный образ мужчины, которого вы можете полюбить. Ваш способ его приручения – те действия, слова, с помощью которых вы пытаетесь «приручить» нравящегося вам молодого человека.
6. Место вашей прогулки – возможный ход развития отношений с вашим избранником: Дремучий лес. Всё запутано, таинственно, много преград. Ровное поле. Гладкие, спокойные, свободные отношения, не терпящие ограничений и запретов.

Озеро. Отношения, полные чувственности и любви. Дорога, вымощенная камнями. Обычный, банальный путь, без преград и забот, то, что проложено другими, роман, похожий на тысячи.

7. Женщина, встреченная вами на прогулке – архетип жизни, символ жизни. Старушка с мудрой улыбкой. Жизнь, наполненная философским смыслом, накопление опыта, обретение мудрости и знаний. Надменная королева. Вы считаете, что жизнь может быть жестока с вами, и подкинуть вам много неприятных моментов. Девушка в весеннем платье. Жизнь, полная любви и красоты. Цыганка с манящим взглядом и лукавой усмешкой. Вы думаете, что жизнь может обмануть ваши ожидания, обокрасть вас. Слова женщины и её дар вам – ваше жизненное кредо и дар жизни, по вашему мнению, предназначенный вам.
8. Самозванка – это вы сами, но изменившаяся, сбившаяся с правильного жизненного пути, когда вы лжёте самой себе о себе. Черта, отличающая вас от самозванки – та черта, с которой вы боретесь, которая вам неприятна в самой себе. Способ борьбы с соперницей – ваш способ исправления себя.
9. Способ наказания соперницы – то, как вы сами себя наказываете. Лучше всего, если вы не наказываете себя вовсе.
10. Подарок принца – то, что вам ценно в вашем будущем муже, в вашем избраннике, то, что вы хотите от брака с ним. Роза. Вам в браке необходима любовь. Золотой гарнитур. Жених вам нужен богатый, с денежными средствами, и немалыми. Щенок. Главное для вас – дети, которые, несомненно, украсят ваш брак. Необыкновенная шкатулка. Вас устроит мужчина, которого вы будете разгадывать всю свою жизнь, с которым никогда не будет скучно, будет много путешествий и игр, веселья и загадок. Вы не желаете жить обычной жизнью. Вас привлекает всё необычное.
11. Украшение – качество вашей природы, которое, как вам кажется, может привлечь вашего будущего мужа. Алмазное украшение. Вы любите блистать, и не только внешностью, но и умом, пускать пыль в глаза, завораживать своим блеском. Показывать себя обеспеченной, если не богатой, любите быть в центре внимания. Вам нравится ярко и модно одеваться. В душе вы – лидер. Жемчужные бусы. Вы – настоящая леди, которая знает себе цену. Любите подчеркнуть свою нежность, хрупкость, женственность. Вы не выпячиваете себя, иногда бываете в тени, но это не умаляет ваших достоинств. У вас есть природный вкус и грация. Рубиновые корона и браслет. Вы покорите своего будущего мужа чувственностью природы. Вы – огонь, Кармен, страстная, горячая. Прекрасный цветок любви. Самое главное в жизни для вас заключено в любви. Деревянный гарнитур. Вы естественны, просты, легки в общении. Любите природу и всё натуральное. И покорите будущего мужа ясным взглядом и настоящим румянцем. Воля – самое дорогое для вас. В отношениях цените верность, честность и прямоту. Сами, являясь таковой, требуете этих же качеств от своего избранника. Необычное украшение. Вы креативны и необычны. Любите всё переделывать, изменять стиль раз в неделю, если не чаще. Вам нужен человек, который будет

восхищаться вашими талантами и умениями. Благо, что их у вас предостаточно. Но он тоже должен обладать далеко не банальным мышлением. Глупца вы, явно, не полюбите.

Ничего не наденете. Вы не стараетесь привлечь внимание противоположного пола к себе. Считаете, что являетесь самым лучшим в мире украшением. У вас высокая самооценка, вы не боитесь быть нелюбимой и нежеланной. Вы знаете себе цену. Разве можно украсить бриллиант?

**12.** Страна, в которую вы поедете после свадьбы – то, как вы представляете себе вашу жизнь в первые годы замужества. Горная страна. Множество преград и препятствий, которые нужно преодолеть, чтобы жить счастливо. Да, ваш медовый месяц явно не будет безоблачным, раз вы так воинственно настроены.

Лесное царство. Как же интересна вам жизнь, полная загадок и тайн, полянок и чащ, глухих местечек, в которых можно заблудиться! А вдруг не выберетесь? Подумайте, стоит ли выходить замуж, имея секреты от мужа?

Морская держава. Любовь и ещё раз любовь! Вот лозунг вашей семейной жизни! Страна комфорта. Вы создадите тёплое и уютное гнёздышко. Быт для вас на первом месте. Либо вы – сибарит (любитель неги и удовольствий), либо хорошая хозяйка.

**13.** Вещь, которую вы возьмёте в свадебное путешествие – это символ привычки из девичьей жизни, с которой вы ни за что не захотите расстаться.

**14.** Окончание вашей сказки – финал вашей семейной жизни. Каким он будет: весёлым или грустным, счастливым или не очень? Решать только вам и никому другому. Если не нравится – перепишите!

**15.** Цветовая гамма вашего рисунка – та палитра, с которой ассоциируется у вас ваша собственная жизнь в супружестве.

В рисунке обязательно преобладает какой-то один цвет. Он и является знаковым. Это красный цвет? Любовь, активность, ревность, ярость, многоплановость, многоаспектность, яркие чувства и эмоции. Голливудская история. Bravo! Или розовый? Рафинированные отношения, сладкие, приторные, конфетно-леденцовые. Отношения Барби и Кена. Красивые улыбки и жесты. Детская, кукольная любовь.

Может быть, жёлтый? Тепло и активность, каждый день, озарённый светом нежности и ласки.

Или это зелёный? Постоянный прогресс в отношениях. Вы никогда не будете стоять на одном месте, постоянно развиваясь, самосовершенствуясь, как семья. Слово крохотный зелёный росток, ваша семья будет пробиваться к солнцу, вырастет, наберётся силы и достигнет вершины, чтобы плодоносить.

А, может, синий? Вы будете консервативной парой, приверженной традициям и семейным ограничениям. У вас будут свои ритуалы и правила. Или голубой? Отношения будут чуть прохладными и лёгкими, как прозрачный воздух. Вы не будете ограничивать друг друга. Свобода будет символом вашей семьи.

Или это фиолетовый? Вы для себя самой – загадка. А вашему мужу вообще будет вас не разгадать. Недомолвки, "недоглядки", прятки и догонялки, вечные интриги и секреты, манящие тайны. Наверное, в такой жизни тоже есть положительные стороны. Может, это коричневый? Самое главное для вас будет уют и комфорт вашего дома, вашего семейного очага. Мягкие комфортные вещи, тёплая уютная мебель, любимые игрушки, вкусные торты и пироги станут украшением вашей жизни. Нежные



прикосновения и объятия будут изюминкой вашей пары. Или всё же белый, бежевый? Нежность, невинность, безупречность вашей жизни будет приводить в трепет подруг, соседей и просто знакомых. Но, главное, не доведите невинность до стерильности. Серый? О, такая семейная жизнь будет скучной и неинтересной. Похожей на пыль под кроватью или паутину в углу. И вызовет лишь чувство усталости и неверия в свои силы. Подумайте, оно вам надо? Чёрный? Может, лучше сразу в монастырь? Несколько цветов. Возьмите по чуть-чуть из каждой тракторки. Такой и будет ваша супружеская жизнь.

#### Приложение 5.

Соглашусь, почему бы и нет

Обижусь на такое заявление

Соглашусь на интимные отношения из-за страха его потерять

Свой вариант ответа

Приложение 6.

Ты узнала, что твой парень ходил гулять с другой девушкой. Случайно увидела их вместе в парке. Они шли, держась за руку, целовались и не заметили тебя. Тебе очень обидно. Но ты бы не хотела портить отношения со своим парнем. Как ты поступишь?

Ты увидела парня своей подруги с другой девушкой, и он попросил тебя не говорить ей об этом. Как ты поступишь?

Твоя подруга начала встречаться с парнем, который нравится и тебе тоже. Ты думала, что сможешь забыть его, но у тебя не получается. Парень предложил тебе встречаться тайно. Твои действия.

Вы давно встречаетесь с парнем и любите друг друга. Но так случилось, что тебе симпатизирует другой парень. Он пригласил тебя на свидание и ты согласилась, так как думала, что это ничего не значит. Однако он очень понравился тебе. У тебя сложный выбор – забыть это свидание и остаться со своим парнем или начать строить новые отношения. Что ты будешь делать дальше?

### **3 блок «Познай себя»**

**Цель:** формирование и развитие навыков самопознания у воспитанников и выпускников организаций для детей-сирот/замещающих семей, профориентация.

Задачи:

1. Систематизация собственных представлений о себе (образ Я)
2. Выбор будущей профессии с учетом своих индивидуальных особенностей
3. Развитие навыков саморегуляции и релаксации.

Блок состоит из 5 индивидуальных занятий продолжительностью 1,5 – 2 часа.

**Целевая аудитория:** воспитанники и выпускники организаций для детей-сирот/замещающих семей в возрасте 16 – 19 лет.

Структура занятия:

1. Установление контакта. Диагностика по запросу клиента
2. Обсуждение результатов.
3. Релаксация. Подведение итогов.

Индивидуальное занятие №1 «Тест акцентуаций свойств темперамента»

**Цель:** диагностика преобладающего стиля поведения, отдельных личностных особенностей (может быть частью профориентационного исследования личности).

**Время:** 90 минут.

**Оборудование:** компьютерный вариант Теста акцентуаций свойств темперамента, компьютер, музыка для релаксации.

Клиенту предлагается пройти тест акцентуаций свойств темперамента, чтобы определить его преобладающий стиль поведения и отдельные личностные особенности.

После диагностики обработанные результаты обсуждаются с клиентом. Производится совместный поиск ресурсов для компенсации слабых сторон и наиболее выигрышной презентации сильных сторон личности.

Закончить занятие целесообразно небольшим упражнением на релаксацию.

Упражнение – релаксация «Дыхание солнечным светом»

Представьте, что вы находитесь на берегу океана. Совсем недавно здесь бушевал шторм, но теперь ветер стих, океан успокоился, и только легкая зыбь на его поверхности напоминает о происшедшем. С каждым мгновением водная гладь становится все спокойнее. Облака растворяются, и проявляется чистое и спокойное синее небо.

Вы видите, как из-за горизонта выглядывает край оранжевого шара - это солнце. Затем этот

шар поднимается все выше и выше. Он озаряет своими лучами всю природу, всех живых существ - людей, животных, растения. Даже самые маленькие существа, не видимые нашему глазу, озарены солнечным светом. Солнце освещает миллионы людей, и каждому посылает свой луч.

Вы чувствуете, как солнечные лучи проникают прямо в вашу грудь, в ваше сердце - центр вашего живого «Я». Солнце светит ярче, и вы буквально купаетесь в его золотом сиянии. Зрительно представьте себе, как его сила пронизывает каждый атом и наполняет каждую клетку вашего организма, обновляя и укрепляя его и даря вам здоровье и спокойствие. Представьте себе, что вы будете полностью насыщены золотой солнечной энергией.

Солнце поднимается все выше в небе. Представьте себе, как с величием и силой расходятся его лучи, чтобы одарить своим светом и теплом все человечество, все живое, и вас в том числе.

Когда солнечный свет станет очень ярким, защитите ваши глаза, слегка зажмурив их. Представьте, как Вы купаетесь в исцеляющем солнечном свете, наполняясь гармонией и счастьем.

Индивидуальное занятие №2 «Тест Векслера»

Цель: диагностика уровня интеллектуального развития (может быть частью профориентационного исследования личности).

Время: 110 минут.

Оборудование: компьютерный вариант теста Векслера, компьютер, музыка для релаксации.

Клиенту предлагается пройти тест Векслера, чтобы определить его общий интеллектуальный уровень, а также его составляющие – вербальный и невербальный интеллекты

После диагностики обработанные результаты обсуждаются с клиентом.

Закончить занятие целесообразно составлением плана по развитию интеллектуальных способностей по запросу клиента и небольшим упражнением на релаксацию.

Упражнение – релаксация «Мудрец из храма»

Представьте себя стоящим на поляне в летнем лесу. Густая трава подымается до колен, и лепестки цветов касаются ваших ног. Вокруг деревья, их листвой шелестит теплый ветерок. Солнечные лучи создают причудливую мозаику света и тени. До вас доносятся пересвисты птиц, стрекотание кузнечиков, потрескивание веток. Вам приятен аромат трав и цветов.

Вы пересекаете поляну и углубляетесь в лес. Под вашими ногами узкая тропинка. Она едва заметна в траве. Вы не торопясь идете по лесу и неожиданно видите сквозь кроны деревьев крышу здания необычной архитектуры. Вы направляетесь к этому зданию. Деревья отступают, и вы оказываетесь перед удивительным строением. Это храм. Этот храм – место тишины и спокойствия, место для размышлений и углубления в себя. Несколько широких ступеней ведут к тяжелой дубовой двери. Солнечные лучи играют на позолоте узоров, украшающих дверь. Вы подымаетесь по ступеням и, взявшись за золотую ручку, открываете дверь. Она поддается неожиданно легко и бесшумно. Внутри храма – полусумрак и приятная прохлада. Все звуки остаются снаружи. На стенах старинные росписи. Повсюду полки, на которых множество книг, странных фолиантов, свитков. Напротив двери, через которую вы вошли, – большой дубовый стол, за которым сидит старец в белоснежной одежде. Его добрые и мудрые глаза устремлены на вас. Прямо перед ним в подсвечнике горит свеча.

Подойдите поближе к старцу. Это мудрец, знающий все сокровенные тайны мира, события прошлого и будущего. Вы можете спросить его о том, что вас волнует, – и, возможно, вы получите ответ, которого так долго искали... Мудрец указывает вам на свечу. Вглядитесь в это живое пламя, в его волшебную сердцевину. Смотрите на него... Внутри пламени появляется сначала размытый, а теперь все более четкий образ...

Время посещения храма заканчивается. Поблагодарите мудреца за то, что встретился с вами...

Вы выходите из храма и прикрываете за собой дверь. Здесь, снаружи, по-прежнему солнечный день. Вы спускаетесь по ступеням и снова выходите на лесную тропинку, по которой возвращаетесь к полянке, где началось ваше путешествие. Вы останавливаетесь, в последний раз окидываете взглядом пейзаж вокруг... и вновь переноситесь сюда, в эту комнату..

**Индивидуальное занятие №3 «Тест Дж. Гилфорда и М. Салливен»**

Цель: диагностика уровня социального интеллекта (может быть частью профориентационного исследования личности).

Время: 110 минут.

Оборудование: компьютерный вариант теста Векслера, компьютер, музыка для релаксации.

Клиенту предлагается пройти тест Дж. Гилфорда и М. Салливен, чтобы определить его способность правильно понимать и прогнозировать поведение людей. Эта способность необходима для эффективного межличностного взаимодействия и успешной социальной адаптации.

После диагностики обработанные результаты обсуждаются с клиентом.

Закончить занятие целесообразно небольшим упражнением на релаксацию.

Упражнение – релаксация «Полёт высоко в небе»

Займите удобное положение. Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко.

Представьте, что вы находитесь на летнем ароматном лугу. Над вами летнее теплое солнце и высокое голубое небо. Вы чувствуете себя абсолютно спокойным и счастливым. Высоко в небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Это большой орел с гладкими и блестящими перьями.

Птица свободно парит в небе, крылья ее распростерты в стороны. Время от времени она медленно взмахивает крыльями. Вы слышите звук взмахивающих крыльев, когда они энергично рассекают воздух.

Теперь вообразите, что вы — птица. Представьте, что это ваши крылья медленно движутся вверх и вниз. Представьте, что это вы медленно парите, плывете в воздухе и ваши крылья распростерты в стороны. Ваши крылья рассекают воздух, упираясь в его плотные массы. Наслаждайтесь свободой и прекрасным ощущением парения в воздухе.

А теперь, медленно взмахивая крыльями, приближайтесь к земле.

Вот мы уже на земле. Откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение и прекрасное ощущение полета, которое сохранится на весь день.

**Индивидуальное занятие №4 «Тест структуры интеллекта Амтхауэра»**

Цель: диагностика уровня интеллектуального развития (может быть частью профориентационного исследования личности).

Время: 110 минут.

Оборудование: компьютерный вариант теста структуры интеллекта Амтхауэра, компьютер, музыка для релаксации.

Клиенту предлагается пройти тест структуры интеллекта Амтхауэра, чтобы определить его общий интеллектуальный уровень, структуру интеллекта, уровень абстрагирования и обобщения, мнемические способности, пространственное воображение, пространственное обобщение, вербальный интеллект, математическую одаренность, способности (теоретические, практические, конструктивные).

После диагностики обработанные результаты обсуждаются с клиентом.

Закончить занятие целесообразно составлением плана по развитию интеллектуальных способностей по запросу клиента и небольшим упражнением на релаксацию.

### Упражнение – релаксация «Полет белой птицы»

Представьте, что вы лежите на теплом желтом песке, над вами спокойное, чистое, синее небо. В небе плавно летит белая птица. Вы поднимаетесь и летите рядом с ней. Вы сами - эта белая птица. Вы летите в спокойном синем небе, под вами – спокойное синее море.

Вдали показался желтый песчаный берег, он приближается. Вы подлетаете, опускаетесь на теплый желтый песок, снова превращаетесь в человека и ложитесь на спину. Вы лежите на теплом желтом песке, над вами спокойное синее небо, вы расслаблены, отдыхаете. Ступней ваших ног коснулась приятная прохлада. Приятная прохлада заполнила мышцы ног. Мышцы – легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила живот, мышцы спины. Мышцы – легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила грудь, руки. Вам легче дышать. Приятная прохлада заполнила шею и голову. Голова – ясная и чистая. Мышцы – легкие и бодрые... Три глубоких вдоха, вы открываете глаза и встаете. Вы отдохнули!

### **Индивидуальное занятие № 5 «Определение реакции на неудачу»**

Цель: диагностика реакции на фрустрирующую ситуацию.

Время: 90 минут.

Оборудование: компьютерный вариант Фрустрационного теста Розенцвейга, компьютер, музыка для релаксации.

Клиенту предлагается пройти фрустрационный тест Розенцвейга (базовый вариант), чтобы определить его реакцию на неудачу и изучить способы, которые он выбирает для разрешения возникших сложностей.

После диагностики обработанные результаты обсуждаются с клиентом. При неконструктивном типе реакции на предложенные ситуации можно проработать различные пути выхода (составить «веер возможностей»).

Закончить занятие целесообразно домашним заданием на отслеживание своей реакции в подобных ситуациях и попытками изменить своё привычное поведение и небольшим упражнением на релаксацию.

### Упражнение – релаксация «Дыхание солнечным светом»

Представьте себя в светлом березовом лесу, Вы лежите на полянке, ваше тело согреваются солнечными лучами. Вы вдыхаете поток золотистого света, с вдохом он поступает в грудь, согревает изнутри, с выдохом поступает в живот. Вас пронизывает солнечный золотистый свет, вдох - в грудь, выдох - в живот. Вы растворяетесь в золотистой волне. Дышится легко и приятно.

Зафиксируйте этот образ в воображении. Вызывая его, вы каждый будете чувствовать приятную расслабленность и покой.

## **Цикл занятий «Имею право»**

**Цель:** повышение уровня правовой грамотности среди подростков из малообеспеченных и замещающих семей.

### **Задачи:**

- Повысить уровень общей правовой грамотности;
- Развить социально-правовые знания в сфере трудовых взаимоотношений;
- Повысить уровень правовой компетентности в сфере жилищных взаимоотношений;
- Сформировать правовую грамотность в сфере семейных отношений;
- Информировать о конкретных службах и учреждениях, оказывающих помощь в ситуациях нарушений прав граждан

**Целевая аудитория:** подростки из малообеспеченных и замещающих семей – учащиеся старших классов и учреждений среднего профессионального образования.

**Содержание цикла:** 5 занятий с элементами тренинга продолжительностью 1 час 30 минут - 1 час 40 минут.

### **Программа занятий:**

2.1 Что такое «правовая грамотность» и для чего она нужна

2.2 Знакомство с трудовым правом

2.3 Что важно знать о семейном праве

2.4 Права и обязанности в жилищной сфере

2.5 Защита прав при оказании некачественных услуг или приобретении товара.

Основной целью цикла «Имею право» является повышение уровня правовой грамотности среди подростков из малообеспеченных и замещающих семей. В рамках цикла будет предоставлена возможность узнать актуальную информацию об особенностях права в разных сферах жизни человека и закрепить полученные знания в практических упражнениях.

## **Занятие 2.1. Что такое «правовая грамотность» и для чего она нужна.**

**Цель:** знакомство подростков с понятием «правовой грамотности» и ее необходимости в повседневной жизни взрослого человека.

**Задачи:**

- 1) сформировать понятие «правовой грамотности» у участников занятия;
- 2) выяснить уровень актуальных знаний в общеправовых вопросах у подростков;
- 3) познакомить подростков с основными правами и обязанностями гражданина РФ;
- 4) ознакомить с возможностями обращения за профессиональной помощью в случае нарушения прав;
- 5) замотивировать на посещение следующих занятий.

**Продолжительность:** 1 час 40 минут.

**Инструментарий:** ручки, листы А4, бейджи, раздаточный материал (анкеты), ноутбук, проектор, флипчарт, маркер.

### ***Упражнение 1. «Знакомство»***

**Цель:** знакомство, создание положительной атмосферы в группе

**Время:** 5 минут.

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Участникам предлагается по кругу представиться, сопровождая свое имя каким-либо приветственным жестом, повторяться нельзя. Группа приветствует участника («Здравствуй, ...») и повторяет жест.

### ***Упражнение 2. «Поменяйтесь местами»***

**Цель:** командообразование

**Время:** 10 минут.

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Все участники занятия садятся в круг. Ведущий объясняет суть упражнения: участники быстро меняются местами, отвечая таким образом на вопросы и выражая свое отношение к каким-либо предметам, событиям, явлениям. Оптимальное количество вопросов – 10–15. Например, ведущий предлагает поменяться местами тем, кто: уже проснулся; пил на завтрак чай; у кого хорошее настроение; у кого черная обувь и т.д. Те участники, которые отвечают на вопрос утвердительно, должны быстро подняться со своего места и пересесть на какое-либо другое, освободившееся; если участники отвечают на вопрос отрицательно, они остаются на своих местах.

### ***Упражнение 3. Принятие правил работы в группе***

**Цель:** определение групповых правил, настрой на работу

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** флипчарт, маркер

**Инструкция:**

**Правила работы в группе:**



1. Не опаздывать на занятия. Участвовать в мероприятии от начала и до его завершения.
2. Информация о происходящем в группе не должна выноситься за ее пределы.
3. Каждому члену группы надо постараться быть активным участником всех предлагаемых игр, упражнений и заданий.
4. Каждый член группы должен быть искренним по мере возможности. Если сведения сообщаются, то они должны быть достоверными.
5. Каждый участник говорит от своего имени. Необходимо избегать безличных речевых оборотов, дающих возможность скрывать свои переживания и уходить от ответственности.
6. Недопустимо делать кому-либо замечания, давать негативную оценку работе или высказываниям других участников.

**Правила обсуждаются, дополняются, корректируются.**

#### ***Упражнение 4. «Закончи фразу»***

**Цель:** актуализация имеющихся знаний, подготовка к основной части

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** листы бумаги А4, ручки, проектор, ноутбук, слайды

**Инструкция:**

Ведущий предлагает участникам завершить указанные на слайде фразы («Правовые знания нужны каждому человеку, потому что...»), «Человеку нужно учиться отстаивать свои права, потому что...», «Важно не только уметь защищать свои права, но и выполнять свои обязанности, так как...»). На выполнение 5 минут. Затем обсуждение предложенных подростками вариантов.

#### ***Упражнение 5. Групповая дискуссия «Права и обязанности гражданина»***

**Цель:** знакомство с основными правами и обязанностями, осознание необходимости знать и реализовывать свои права и обязанности

**Время:** 45 минут

**Инструментарий:** ноутбук, проектор, слайды, флипчарт, маркеры

**Инструкция:**

**Ведущий:** Сейчас мы с вами обсудили для чего важно знать свои права и обязанности. А как вы думаете, где эти права и обязанности зафиксированы, откуда человек может узнать какие у него есть права и какие обязанности он должен выполнять?

**Ответы участников.**

Действительно, права и обязанности граждан закреплены в многочисленных законах и кодексах, принятых в нашей стране. А какой главный документ в России?

**Ответы участников (Конституция)**

Как вы думаете, какие права там отражены?

**Ответы участников**

В Конституции вы можете найти перечисление основных прав и свобод гражданина. Сейчас мы с вами с ними познакомимся. Основные права и свободы человека и гражданина РФ отражены во Второй главе Конституции РФ. Для удобства объединим их в несколько групп:

1. *Личные (гражданские):* право на жизнь и достоинство личности, право на свободу и личную неприкосновенность, а также неприкосновенность частной жизни и жилища, свобода

передвижения и выбора местожительства, свобода выбора национальности и языка общения, свобода совести, право на сопротивление насилию, на справедливый суд.

2. *Политические*: свобода слова и убеждений, свобода мирных собраний и ассоциаций, право принимать участие в управлении государством.

3. *Экономические*: право на труд, право на отдых, право на участие в управлении предприятием, право частной собственности, право на предпринимательство, право на забастовку.

4. *Социальные*: право на социальное обеспечение (социальное страхование, пенсионное обеспечение, медицинское обслуживание и охрану здоровья), право на достаточный уровень жизни, право на жилище, право на образование.

5. *Культурные*: право на образование, право на доступ к культурным ценностям, право свободно участвовать в культурной жизни общества, право на творчество, право на пользование результатами научного прогресса.

Как видите, прав у гражданина РФ достаточно много, но случается так, что эти права нарушаются. Это может происходить неумышленно, когда все участники события не знают, что они имеют определенные права и что эти права сейчас нарушаются. А бывает, что отдельные недобросовестные люди и организации намеренно нарушают права человека, надеясь на то, что человек не осведомлен о своих правах и возможностях, что он не захочет ничего предпринимать для их защиты, так как это может быть долго и хлопотно. В таких ситуациях человек, права которого были нарушены, остается в проигрыше, он может потерять работу, деньги, собственность, иные блага, да и просто расстроиться, а те, кто его права нарушил, получают свою выгоду и будут продолжать так поступать уже с другими людьми.

Для того, чтобы понимать, когда ваши права и свободы нарушаются, и знать, что вы можете предпринять и куда обратиться за их защитой, важно развивать свою *правовую грамотность*. В этом случае вы будете знать, что у каждого из нас есть закреплённые законом права, что они должны быть защищены и что совершенно не обязательно самостоятельно решать все свои проблемы.

Как вы думаете, куда можно обратиться за защитой своих прав, у кого проконсультироваться?

*Ответы участников*

За соблюдением прав человека следят государственные органы и уполномоченные лица. Гарантом прав и свобод человека является Президент РФ (ст. 80, п. 2 Конституции РФ). В 1996 г. в России была учреждена должность Уполномоченного по правам человека (омбудсмена), в 2009 г. – Уполномоченного по правам ребенка. Что касается государственных органов, это прежде всего правоохранительные органы, прокуратура, суд. Также за разъяснением и защитой своих прав можно обратиться в те структуры, которые отвечают за деятельность организаций, где ваши права были нарушены. Например, если вам было предоставлено некачественное лечение, можно обратиться в департамент здравоохранения, если была предоставлена некачественная услуга или товар, то в Роспотребнадзор и т.д.

Если же возникают вопросы, куда обратиться и что важно предпринять для защиты своих прав, если есть сомнения, нарушаются ли ваши права или вторая сторона действует в рамках закона, то можно обратиться за юридической помощью. На территории Курганской области действует горячая линия Центра адвокатской помощи, где первичную консультацию можно получить бесплатно. Для этого вы можете, как прийти лично, так и позвонить.

**Адрес Центра в городе Кургане:** ул. Кирова, д. 60.

**Сотовый телефон горячей линии:** 229-200.

**Время работы:** понедельник-пятница с 10:00 до 17:00

суббота: с 10:00 до 14:00

воскресенье - выходной день.

**Адрес филиала Центра в городе Шадринске:** ул. Свердлова, д. 55.

**Телефон:** 8 (35253) 3-21-05.

**Время работы:** понедельник-пятница с 09:00 до 17:00

суббота, воскресенье - выходные дни.

Но помимо прав у гражданина есть еще и *обязанности*, и было бы неправильно, если бы человек знал о своих правах, но не знал об обязанностях. Поэтому сейчас мы упомянем и основные обязанности.

1. Соблюдение Конституции и законов РФ (ст. 15, п.2).
2. Уважение прав и свобод других лиц (ст. 17, п. 3).
3. Забота о своих детях и нетрудоспособных родителях (ст. 38, пп. 2,3).
4. Получение основного общего образования (9 классов) (ст. 43, п. 4).
5. Забота о памятниках истории и культуры (ст. 44, п. 3).
6. Уплата налогов и сборов (ст. 57).
7. Бережное отношение к природе и окружающей среде (ст. 58).
8. Защита отечества (ст. 59).

Часть наших прав и обязанностей появляются у нас с рождения. Это называется *правоспособностью* – способность иметь права и обязанности согласно законам России (появляются с рождения). Например, право на жизнь, имя, достоинство.

Другие права и обязанности появляются в процессе взросления человека, когда наступает его *дееспособность* – способность своими осознанными действиями осуществлять юридические права и обязанности (приобретаются постепенно). Например, малолетние дети от 6 до 14 лет могут совершать только мелкие бытовые сделки. Несовершеннолетние от 14 до 18 лет могут с разрешения родителей совершать различные сделки, распоряжаться своим заработком, иметь авторские права. А с 18 лет – полная гражданская ответственность.

Таковы основные права и обязанности человека в России, и для того, чтобы вы могли сами оценить, насколько это занятие было полезно для Вас, предлагаю заполнить анкету.

#### **Упражнение 6. Анкета самоконтроля и оценки полезности прошедшего занятия.**

**Цель:** обратная связь, самооценка включенности в занятие и актуальности полученной информации

**Время:** 15 минут

**Инструментарий:** бланки

#### **Инструкция:**

Ведущий раздает бланки (прил. 1), 5 минут на заполнение, затем обсуждение правильных ответов на вопросы 5, 7, 8, 9. Предложить желающим озвучить актуальные для них темы для обсуждения в рамках правовой грамотности (11 вопрос анкеты).

**Упражнение 7. «Цепочка пожеланий»**

**Цель:** рефлексия

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Каждый участник занятия по цепочке (в определенной последовательности) должен обратиться с пожеланиями к себе и другим по итогам занятия. Пожелания могут быть направлены на предстоящее занятие. Заканчивает цепочку пожеланий ведущий, подводя итог.

## Приложение 1. Анкета самоконтроля и оценки полезности прошедшего занятия.

### Анкета

1. Считаете ли Вы необходимым знать о своих правах?

Да Нет

2. Нужны ли Вам права?

Да Нет

3. Знаете ли Вы свои права и обязанности?

Да Нет

4. Нарушали ли ваши права, права друзей?

Да Нет

5. Если Ваши права окажутся нарушены, куда вы обратитесь?

а. правоохранительные органы

б. центр правовой и психологической помощи

в. телефон доверия

6. Из каких источников Вы получаете информацию о своих правах?

а. на уроках обществознания, классных часах

б. консультации юриста

в. средства массовой информации (телевидение, радио, газеты, журналы)

г. родители

7. Какой основной свод законов действует сегодня в нашей стране?

а. Конституция РФ

б. Конвенция о правах ребенка

в. Семейный кодекс

8. Какой возраст полной гражданской ответственности гражданина?

а. 14 лет

б. 16 лет

в. 18 лет

г. 21 год

9. Какие обязанности гражданина Вы знаете?

---

---

10. Что нового Вы узнали в рамках этой встречи?

---

---

11. Что Вам хотелось бы узнать о правах и обязанностях гражданина на следующих занятиях?

---

---

## Занятие 2.2. Знакомство с трудовым правом

**Цель:** формирование у подростков знаний о трудовых взаимоотношениях, способах защиты трудовых прав

**Задачи:**

- 1) познакомить подростков с основами трудового права;
- 2) сформулировать основные вопросы для собеседования при трудоустройстве;
- 3) обсудить плюсы и минусы официального и неофициального трудоустройства;
- 4) предоставить информацию о способах защиты трудовых прав работника;
- 5) замотивировать на посещение других занятий программы

**Продолжительность:** 1 час 40 минут.

**Инструментарий:** ватман, маркер, ручки, секундомер, листы А4, бейджи, ноутбук, проектор, флипчарт, маркер.

**Ход занятия**

**Упражнение 1. «Самопрезентация»**

**Цель:** знакомство.

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** ручки, бейджи

**Инструкция:**

Участники пишут на листе бумаги свое имя, прикрепляют бейдж.

Далее по кругу называют имя и два лучших своих качества, и как они помогают в жизни.

**Упражнение 2. «Прогноз погоды»**

**Цель:** отслеживание психоэмоционального состояния участников, командообразование

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** лист ватмана с нанесенной системой координат, маркер

**Инструкция:**

На листе бумаги ватмана изображена система координат: ось у – температура эмоционального состояния, душевного настроения; ось х – участники занятия.

Ведущий объясняет условия: каждый участник анализирует свое эмоциональное, душевное состояние на данный момент через «прогноз погоды», т.е. рассказывает о том, какими погодными признаками можно охарактеризовать его душевное состояние: какому времени года соответствует? пасмурно или ясно? ветрено или тихо? есть ли осадки? какое время суток? какая температура? Затем каждый участник, начиная с ведущего, который своим примером задаст общий алгоритм, по цепочке наносит маркером погоду своего настроения на график. После того, как все участники отметили свою точку на графике, ведущий соединяет все отметки температуры в график. Когда график построен, тренер приглашает участников взаимодействия проанализировать его, высказать свое отношение к нему. Подводя итог, ведущий отмечает, что каждый из участников взаимодействия является индивидуальностью, каждый имеет право на свое состояние, свое мироощущение, и построенный график подтверждает это.

**Упражнение 3. «Минута говорения»**

**Цель:** активизация когнитивных процессов, подготовка к основному упражнению.

**Время:** 15 минут

**Инструментарий:** секундомер

**Инструкция:**

Участникам называется слово и предлагается без подготовки в течение 1 минуты составить текст об этом слове. Ведущий обращается к одному из участников, называет слово (например, труд, работа, должность, трудовое право, работник, работодатель, зарплата, трудовой договор) и предлагает в течение 1 минуты (засекает время) рассуждать на заданную тему (по истечении 1 минуты тренер прерывает участника), после чего обращается к следующему. Заканчивается процедура рефлексии оценкой участниками процесса продуктивности своего развития в результате состоявшегося взаимодействия.

#### ***Упражнение 4. Информационный блок***

**Цель:** информирование об основах трудового права

**Время:** 25 минут

**Инструментарий:** проектор, ноутбук

**Инструкция:**

*Ведущий:*

Сейчас мы с вами порассуждали о понятиях, которые присутствуют в трудовом праве. Трудовое право в России регулируется Конституцией и трудовым кодексом и помимо тех терминов, которые мы вспомнили, есть еще и другие.

Ну а характер трудовых взаимоотношений конкретной организации и конкретного сотрудника определяется трудовым договором, который основан на нормах и правилах Конституции и ТК.

**Трудовой договор** — соглашение между работодателем и работником, в соответствии с которым работодатель обязуется предоставить работнику работу по обусловленной трудовой функции, обеспечить условия труда, предусмотренные Трудовым кодексом РФ и иными законами, своевременно и в полном размере выплачивать работнику заработную плату; а работник обязуется лично выполнять определенную этим соглашением трудовую функцию, соблюдать действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка.

Сторонами трудового договора являются **работодатель** и **работник**. Гражданин становится работником, заключив трудовой договор, на все время его действия. Второй стороной трудового договора является работодатель в лице определенного предприятия, учреждения, организации (в том числе фирмы, акционерного общества, производственного кооператива, частного предпринимателя или иного работодателя, принимающего гражданина на работу по трудовому договору).

В зависимости от срока действия, трудовые договоры подразделяют:

1. на трудовой договор на неопределенный срок;
2. срочный трудовой договор – договор, заключаемый на определенный срок, но не более пяти лет.

При приеме на работу стороны трудового договора могут оговорить установление **испытательного срока до трех месяцев**, а в некоторых случаях, например, на должность госслужащих или руководящие должности - до шести месяцев, но по согласованию с профкомом.

**При приеме на работу гражданин должен предъявить** паспорт или иной документ, удостоверяющий личность; трудовую книжку, кроме случаев поступления на работу впервые и на условиях совместительства; страховое свидетельство Государственного пенсионного страхования, а демобилизованные и подлежащие призыву — военный билет.

Важно помнить, что у каждой стороны есть свои обязательства, и в случаях их несоблюдения, работодатель имеет право уволить сотрудника. Но случается, что и в случае качественного выполнения сотрудником своих обязанностей работодатель может прекратить трудовые отношения с работником.

#### **Основания прекращения трудового договора по инициативе работодателя:**

1. Ликвидация предприятия, учреждения, организации либо прекращение деятельности работодателем – физическим лицом.
2. Сокращение численности или штата работников.
3. Обнаружение несоответствия работника занимаемой должности или выполняемой работе вследствие состояния здоровья в соответствии с медицинским заключением или недостаточной квалификации, что подтверждено результатами аттестации.
4. Неоднократное неисполнение работником без уважительных причин своих трудовых обязанностей, если он имеет дисциплинарное взыскание.
5. Однократное грубое нарушение работником своих трудовых обязанностей:
  - *прогул, появление на работе в состоянии* алкогольного, наркотического или иного токсического *опьянения; разглашение охраняемой законом тайны* (государственной, коммерческой, служебной и иной), ставшей известной работнику в связи с исполнением им трудовых обязанностей; *совершение по месту работы хищения* (в том числе мелкого) чужого имущества, умышленного его уничтожения или повреждения, растрат — что установлено вступившим в законную силу приговором суда или постановлением органа, уполномоченного на применение административных взысканий; *нарушение работником требований по охране труда*, если это нарушение *повлекло за собой тяжкие последствия* (несчастный случай на производстве, аварию, катастрофу) либо заведомо создавало реальную угрозу наступления таких последствий.
6. Утрата доверия администрации к работнику, непосредственно обслуживающему денежные и товарные ценности (прием, хранение, транспортировка, продажа их и т.д.), совершившему виновные действия, которые дают администрации основание для утраты доверия к нему.
7. Увольнение работника, выполняющего воспитательные функции, за аморальный проступок, несовместимый с продолжением данной работы.
8. Представление работодателю подложных документов, заведомо ложных сведений при заключении трудового договора.

Запрещается увольнение в период временной нетрудоспособности (на больничном) и в период пребывания работника в ежегодном отпуске, за исключением случаев полной ликвидации предприятия, учреждения, организации. Не допускается увольнение по инициативе администрации беременных женщин, кроме случаев полной ликвидации предприятия, учреждения, организации, когда можно уволить, но с обязательным трудоустройством.

Одним из важных моментов как для работника, так и для работодателя является собеседование. Ошибочно думать, что здесь вся инициатива принадлежит работодателю и только он может задавать вопросы. Соискатель тоже вправе получить ответы на те вопросы,



которые для него важны. И сейчас я предлагаю вам подумать о том, какие вопросы может задать человек при прохождении собеседования.

### **Упражнение 5. «Форум»**

**Цель:** активизация полученных знаний, мозговой штурм

**Время:** 30 минут

**Инструментарий:** флипчарты (или ватманы), маркеры

#### **Инструкция:**

На флипчартах заданы темы, которые может обсудить соискатель на собеседовании (условия работы, рабочие обязанности, внутренняя дисциплина). Письменная дискуссия будет проходить по правилам, близким к правилам интернет-форумов; участники не имеют права высказываться вслух, а должны записывать свои мнения на бумажных листах; каждый участник выбирает себе «ник» (как это делается на интернет-форумах), который указывается в начале любого комментария. «Ником» может быть и имя участника. Каждый из участников имеет право высказываться по заданным вопросам, а также письменно комментировать высказывания других участников; каждый должен как минимум один раз высказаться по каждому из намеченных для дискуссии вопросов или дать как минимум по одному комментарию на высказывания других участников; максимум высказываний по одному вопросу или высказыванию не определяется.

Ведущий объявляет начало дискуссии. Тренер должен следить, как происходит письменная дискуссия, и, если необходимо, может корректировать ее ход своими собственными комментариями, дополнительными вопросами, которые будут способствовать тому, чтобы дискуссия не уходила в сторону от заявленных тем (прил. 2)

Каждый из участников, свободно переходя от одной ленты-форума к другой, будет читать уже написанные высказывания по проблеме и добавлять собственные комментарии. По окончании дискуссии вместе со всеми участниками ведущий обобщает мнения по каждому из вопросов, рассмотренных на форуме.

#### *Ведущий:*

Мы с вами отлично поработали и определили для себя множество нюансов, которые важно выяснить при устройстве на работу. Также чуть ранее мы узнали каким образом происходит трудоустройство, на что важно обратить внимание и при каких обстоятельствах работник может быть уволен. Разумеется, это далеко не все моменты трудовых взаимоотношений. И если ваши трудовые права явно нарушаются или у вас есть подозрения, что работодатель нарушает нормы закона, можно обратиться в специально созданные службы за разъяснением. Во-первых, это

#### **Государственная инспекция труда в Курганской области**

Курган, ул. Красина, д. 53, 5-й этаж

можно позвонить (3522) 45-53-11

или обратиться через Интернет-сервис **ОНЛАЙНИНСПЕКЦИЯ.РФ**

Во-вторых, это **Управление по труду и занятости населения**

[www.czn.kurganobl.ru](http://www.czn.kurganobl.ru)

<https://vk.com/czn.kurganobl>

Здесь работает ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ, куда можно сообщить о задолженности по заработной (3522) 42-84-77 в круглосуточном режиме.

Также номера телефонов:

8 (3522) 45-46-21

[+7 \(3522\) 42-87-12](tel:+73522428712)

[ул. М. Горького 190, Курган](#)

В случае, если вы потеряли работу или только собираетесь трудоустроиться, можно встать на обслуживание в **Центр занятости населения** (г. Курган, ул. М. Горького, 186)

### **Упражнение 6. «Прогноз погоды»**

**Цель:** отслеживание психоэмоционального состояния участников, рефлексия

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** лист ватмана с нанесенной системой координат, маркер

**Инструкция:**

Ведущий вновь обращает внимание участников на график настроения, созданный в начале встречи, и предлагает оценить свое настроение на момент окончания занятия. Процедура нанесения отметок, соответствующих настроению подростков, повторяется, составляется общий график.

Обсуждение произошедших за занятие изменений.

## **Приложение 2.**

### **Шпаргалка для ведущего:**

#### **О чем же следует спросить?**

##### ***О деле***

###### ***1. Должностные обязанности***

Спросите и внимательно выслушайте перечень будущих должностных функций и обязательно уточняйте, если что-то кажется не совсем ясным. Только не забывайте, что перебивать собеседника нетактично. Поэтому по ходу беседы делайте пометки в блокноте, чтобы потом, когда вам предоставят слово, ничего не упустить.

###### ***2. Порядок оформления на работу***

Будет ли сделана запись в трудовой книжке, заключен трудовой договор по всем правилам, эти аспекты соискатель не должен «пускать на самотек». Тем более, что сегодня все больше и больше компаний работают в полном соответствии с трудовым законодательством. И если работодатель в чем-то хитрит, лучше поискать другого.

###### ***3. Возможности карьерного роста***

В случае, когда в ваши планы не входит всю жизнь просидеть на одном месте, поинтересуйтесь у интервьюера перспективами профессионального роста. В стабильных компаниях карьерные устремления только приветствуются.

###### ***4. Рабочее место***

Если вы понравились работодателю и вас приглашают занять должность, обязательно нужно посмотреть будущее рабочее место. Отнеситесь к осмотру критически. Оцените, в порядке ли помещение, будет ли комфортно за столом, нет ли проблем с техническим оснащением и т.п.

##### ***О внутренней дисциплине***

###### ***5. Режим работы***

Вам наверняка сообщат параметры рабочего дня, а вот прочее лучше уточнить самостоятельно. Случается ли оставаться после работы, практикуются ли внеурочные работы (в выходные и праздничные дни)? Однако на прямой вопрос обычно отвечают честно.

###### ***6. Обеденное время, перерывы в работе***

Обязательно поинтересуйтесь внутренним распорядком фирмы: предусмотрен ли перерыв на обед, допустимы ли чаепития и перекуры, можно ли отпрашиваться с работы при крайней необходимости? Каковы правила в коллективе: строгие или вполне гуманны?

##### ***Об условиях***

###### ***7. Размер и порядок выплаты зарплаты.***

Помните, что все условия, связанные с зарплатой, должны быть отражены в трудовом договоре

Прежде чем принять окончательное решение о трудоустройстве, следует досконально выяснить «денежный» вопрос.

Зарплата на время испытательного срока не должна быть меньше основной более чем на 20%. Убедитесь, что вам не придется работать 3 месяца за «копейки» в надежде на будущую суперприбыль. Обычно такие надежды не оправдываются.

###### ***8. Соблюдение Трудового кодекса РФ***

Уточните, полностью ли соблюдаются в фирме нормы трудового права. Сможете ли вы рассчитывать на получение законного отпуска, оплату больничного листа и т.п.

*9. Что входит в соцпакет*

Некоторые фирмы подразумевают под ним соблюдение Трудового кодекса и не более того. Поэтому поинтересуйтесь, что конкретно имеет в виду работодатель: бесплатные обеды, оплату мобильной связи, медстраховку или что-то другое?

## Занятие 2.3. Что важно знать о семейном праве

**Цель:** знакомство подростков с понятием «семейного права», его защите и реализации

**Задачи:**

- 1) сформировать понятие «семейного права» у участников занятия;
- 2) познакомить подростков с основами семейного права РФ
- 3) закрепить полученные знания на практике;
- 4) замотивировать на посещение следующих занятий.

**Продолжительность:** 1 час 40 минут.

**Инструментарий:** ручки, листы А4, бейджи, ноутбук, проектор, флипчарт, маркер, бланки для упражнения 7.

**Ход занятия**

**Упражнение 1. «Имя наоборот»**

**Цель:** знакомство, создание положительной атмосферы в группе.

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Каждому участнику тренинга предлагается воспроизвести свое имя наоборот. Например, Татьяна представится как Анятат, а Илья - как Яли. Не обязательно использовать полные имена, можно сокращенные или разговорные: (Шура - Аруш, Маша - Ашам, Анята - Атюна, Иван Иванов - Вонави Нави). После чего участник дает пояснение этого имени: откуда оно произошло, что означает.

**Упражнение 2. «Счет без трех»**

**Цель:** командообразование, тренировка внимания.

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Находясь в кругу, участники считают по очереди, пропуская задуманное число (число «три»). Тот, кто ошибся, выходит из круга. Более сложный вариант упражнения: пропускаются все числа, которые содержат в себе «три» или делятся на три, вместо пропускаемых чисел участники хлопают в ладоши.

**Упражнение 3. «Ассоциации»**

**Цель:** активизация когнитивных процессов, концентрация внимания, подготовка к основному упражнению

**Время:** 15 минут

**Инструментарий:** флипчарт, маркеры, листы бумаги А4, ручки, планшеты

**Инструкция:**

Ведущий записывает на флипчарте слово «семья» и предлагает участникам в течение 2-3 минут придумать ассоциации к этому слову и записать на выданных листах. Затем ведущий поочередно предлагает всем участникам назвать свои ассоциации и фиксирует по ходу все неповторяющиеся слова маркером на флипчарте под словом «семья». Участники могут

подобный перечень слов фиксировать на листах. После того, как все высказались, ведущий называет свой вариант из 2–3 слов – ассоциаций рассматриваемого понятия.

Когда составлен смысловой ряд ассоциаций рассматриваемого понятия, тренер зачитывает его и по ходу просит участников выделить из составленного перечня 2–3 слова, которые, по их мнению, наиболее точно отражают сущность рассматриваемого понятия. Вновь поочередно ведущий опрашивает всех учащихся и отмечает их выборы маркером на флипчарте, ставя точки над/рядом со словом, которое выбирается участниками. Делает такой выбор, отмечает его и тренер. Подростки могут обозначать сделанные выборы у себя в записях.

После того, как выбор сделали все участники, тренер вместе с подростками выделяет (подчеркивает, обводит маркером) слова-ассоциации, которые получили наибольшее количество выборов. Затем участникам предлагается проанализировать полученный результат – насколько полно и точно выделенные слова (получившие большее количество выборов) отражают сущность рассматриваемого понятия. Ведущий высказывает свое мнение о полученном результате, характеризует, обосновывает сущность рассматриваемого понятия и выделенных слов.

#### ***Упражнение 4. Информационный блок***

Цель: знакомство подростков с основами семейного законодательства

**Время:** 25 минут

**Инструментарий:** ноутбук, проектор

#### **Инструкция:**

*Ведущий:* Как мы с вами только что выяснили, семья — очень сложное и многогранное понятие. Неудивительно, что для определения всех возможных нюансов семейных взаимоотношений есть отдельная отрасль права — семейное право, а основные принципы и нормы семейных взаимоотношений регулируются семейным кодексом.

Давайте познакомимся с основными условиями заключения брака, чтобы понимать, при каких обстоятельствах брак считается законным и на него распространяются все нормы Семейного кодекса.

- Добровольное взаимное согласие лиц, вступающих в брак.
- Для вступления в брак важно достижение супругами брачного возраста, который в России, по общему правилу, устанавливается с 18 лет (13 ст.). однако при наличии уважительных причин органы местного самоуправления по месту жительства лиц, желающих вступить в брак и достигших возраста 16 лет, вправе по их просьбе разрешить им вступить в брак. Порядок и условия, при наличии которых вступление в брак в виде исключения с учетом особых обстоятельств может быть разрешено до достижения возраста 16 лет, могут быть установлены законами субъектов РФ.
- Хотя законодательство РФ не содержит нормы, прямо запрещающей однополые браки, недопустимость однополых браков прослеживается из содержания ст.1, 12 СК. (брак — союз мужчины и женщины)
- Не допускаются браки между лицами, из которых хотя бы одно лицо уже состоит в другом зарегистрированном браке. В данном случае речь идет о законодательном закреплении принципа моногамии.
- Недопустимость браков между близкими родственниками, а также усыновителями и

усыновленными.

- Недопустимость вступления в брак недееспособных лиц, которые в силу психического заболевания не способны в полной мере понимать значение совершаемых ими поступков и руководить своими действиями. Однако значение имеет не сам факт психического заболевания, а признание лица недееспособным вступившим в законную силу судебным решением.
- Целью брака должно быть создание семьи. Ошибочным является мнение, что браки создаются с целью рождения и воспитания детей, поскольку примерно пятая часть семей в мире бездетны.

Думаю, все вы знаете, что сейчас распространены отношения, когда партнеры не заключают брак, а просто живут вместе, ведут совместный быт, воспитывают детей. Такие отношения называют сожительством. Безусловно, для многих людей такие взаимоотношения приоритетны, нет необходимости заключать официальные отношения, тратить время и средства на процедуры заключения/расторжения брака, смену документов и т.д. Однако, важно помнить, что и минусы при таких взаимоотношениях тоже есть. Во-первых, поскольку соительство никак не подкреплено документально, можно столкнуться с ситуацией, что вам не предоставят информацию о вашем партнере. Например, если он попадает в больницу или происходит ЧП — информацию о состоянии человека предоставляют только родственникам, сожитель же — с юридической точки зрения посторонний человек. Кроме того, есть материальные аспекты: когда люди находятся в законном браке, все, что ими приобретается за годы совместной жизни, считается совместно нажитым имуществом и при разводе делится, если же отношения сожителей закончились, а есть совместно нажитое имущество, совершались дорогостоящие покупки, доказать свой материальный вклад будет сложнее.

Если же отношения мужа и жены завершились и предстоит развод, его можно организовать двумя способами: подать заявление в ЗАГС или подать заявление в суд.

В органах ЗАГС брак расторгается:

- по взаимному согласию супругов, не имеющих общих несовершеннолетних детей;
- по инициативе одного из супругов в случаях, если второй супруг признан судом безвестно отсутствующим (пропал без вести) или недееспособным, а также осужден за совершение преступления к лишению свободы на срок свыше трех лет.

В случаях, если у супругов есть общие несовершеннолетние дети, или отсутствует согласие одного из супругов на расторжение брака, или один из супругов уклоняется от расторжения, брак расторгается в судебном порядке.

### ***Упражнение 5. Работа в группах по методу «1 x 2 x 4»***

**Цель:** отработка полученных знаний

**Время:** 30 минут

**Инструментарий:** листы А4, ручки, планшеты

**Инструкция:**

Ведущий называет метод и поясняет его суть: решение проблемы будет осуществляться сначала индивидуально каждым, затем в парах, потом в творческих группах.

Ведущий выдвигает проблему (вопрос): *«Плюсы и минусы официального заключения брака»* и предлагает всем участникам индивидуально в течение 3–5 минут найти решение этой проблемы (ответ на вопрос). Несколько участников представляют (озвучивают) свои

варианты. Создаются пары участников (по желанию, по жребию). Парам предлагается в течение 3–5 минут сравнить тексты с ответами на вопрос каждого из участников и создать общий текст, расширив и углубив его содержание. Несколько пар представляют результаты своей работы – озвучивают написанные тексты. Затем каждые две пары объединяются в творческие группы по 4 человека. Творческим группам предлагается в течение 7–10 минут сравнить варианты текстов, созданных в парах, расширить и углубить их содержание. Каждая творческая группа представляет свой вариант текста по решению проблемы. Организуется рефлексия состоявшегося взаимодействия.

### ***Упражнение 6. «Бурундуки»***

**Цель:** разрядка.

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Ведущий на ухо называет каждого участника каким-либо животным. Все встают в круг, берутся за согнутые в локтях руки. Ведущий называет животное и соответствующий человек должен выпрыгнуть на середину, а группа не должна его пустить. Кульминация игры достигается, когда ведущий называет животное, которым названо большинство членов группы.

### ***Упражнение 7. «Рефлексивная мишень»***

**Цель:** рефлексия

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** раздатка, флипчарт, где обозначены названия секторов

**Инструкция:** На бланке (прил. 3) изображена мишень которая делится на четыре сектора. В каждом из секторов записываются параметры вопросы рефлексии состоявшейся деятельности.

1 – оценка содержания;

2 – оценка формы, методов взаимодействия;

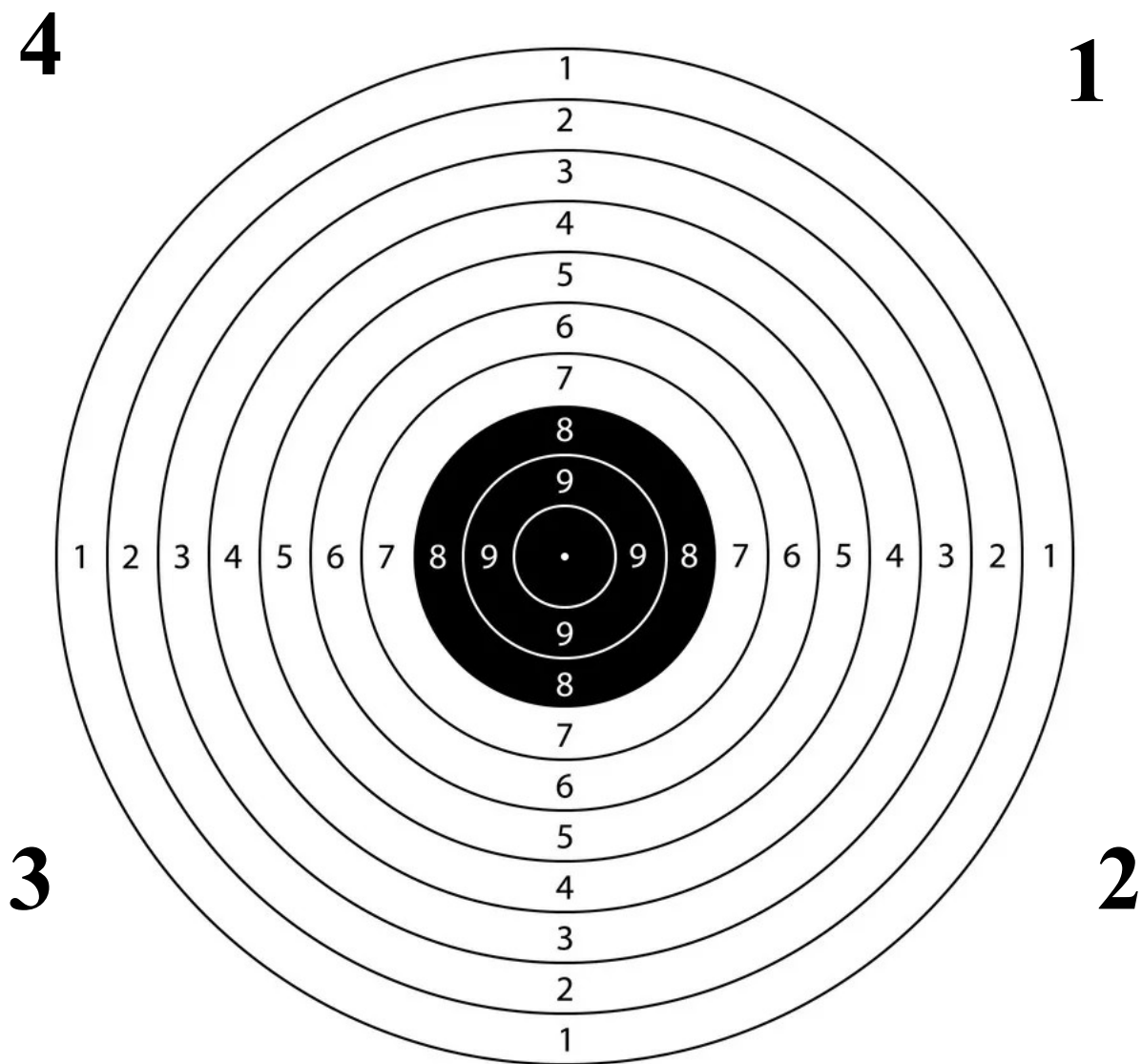
3 – оценка деятельности тренера;

4 – оценка своей деятельности.

Каждый участник маркером или фломастером четыре раза (по одному в каждый сектор) «стреляет» в мишень, делая отметку (точку, плюс). Отметка (выстрел) соответствует его оценке результатов. Если участник очень низко оценивает результаты, отметка ставится им в «молоко» или в поле «0» на мишени. Если результаты оцениваются очень высоко, отметка ставится в «яблочко», в поле «10» мишени. После того, как каждый участник «выстрелил» (поставил четыре отметки) в рефлексивную мишень, желающие могут поделиться своими результатами с группой.



Приложение 3. «Рефлексивная мишень»



## Занятие 2.4. Права и обязанности в жилищной сфере

**Цель:** формирование у подростков знаний о трудовых взаимоотношениях, способах защиты трудовых прав

**Задачи:**

- 1) познакомить подростков с основами жилищного права;
- 2) обсудить права и обязанности гражданина в жилищной сфере;
- 3) закрепить полученные знания;
- 4) замотивировать на посещение других занятий программы.

**Продолжительность:** 1 час 30 минут.

**Инструментарий:** ручки, листы А4, бейджи, ноутбук, проектор, флипчарт, маркер, раздатка с кейсами.

**Ход занятия**

**Упражнение 1. «Имя и жест»**

**Цель:** знакомство, создание положительной атмосферы в группе

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Участники садятся в круг, чтобы хорошо видеть друг друга. Каждый участник представляет предыдущих участников и себя, называя их имена и повторяя жесты, которыми сопровождались имена. Участники, называя свое имя, совершают при этом достаточно выразительный жест. Первым называет свое имя ведущий, сопровождая его каким-либо жестом. Следующий участник сначала называет имя тренера и показывает его жест, а затем представляет свое имя и жест. Так продолжается до последнего участника, которому, соответственно, необходимо назвать имена и продемонстрировать жесты всех участников взаимодействия.

**Упражнение 2. «Сигнал»**

**Цель:** командообразование, концентрация внимания

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Все сидят в кругу, тренер предлагает группе рассчитать по порядку. *«Итак, сейчас мы все — сотрудники секретной службы. Наша задача — передать сигнал по радиии от одного к другому так, чтобы цепочка не прервалась и сигнал не потерялся. Для передачи начинаем хлопать себя по коленям (ведущий задает ритм, сначала медленный). На первый хлопок называем свой номер, на второй — номер того, кому передаем сигнал, например: «Первый — пятому». Пятый подхватывает эстафету: «Пятый — одиннадцатому» и так далее. Служба теряет того из сотрудников, кто замешкался или ошибся. Этот участник выходит из круга. Номера, выбывшие или несуществующие, называть нельзя».* Тренер задает темп разминки, постепенно ускоряя его. Упражнение проводится до тех пор, пока участники не станут передавать «сигнал» без ошибок.

### **Упражнение 3. «Заверши фразу»**

**Цель:** активизация когнитивных процессов

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** листы А4, ручки

**Инструкция:**

Необходимо за 2 минуты письменно завершить определенную фразу, после чего каждому участнику будет дана возможность представить свой вариант завершения фразы.

**Ключевая фраза:** «Дом, в котором я живу, должен быть ....»

Ведущий дает участникам записать начало фразы, которую необходимо завершить, отобразив свой смысл. Участники индивидуально завершают предложенную фразу, записывая ее. По истечении 2 минут тренер предлагает 2–3 участникам выполнить функции экспертной группы: кратко зафиксировать все неповторяющиеся смыслы-варианты и по ходу обобщить их, сделав вывод о их сути. Каждый из участников поочередно представляет свой смысл – завершение фразы, называя и предложенное начало фразы. После того, как все представили свои смыслы-фразы, слово предоставляется участникам экспертной группы для обобщения и выделения общей сути высказанных фраз. Затем тренер завершает обобщение, предлагает свою точку зрения, акцентируя внимание на том, что дом должен быть комфортным, безопасным, надежным. И это предполагает не только качество постройки, но и характер взаимоотношений людей, живущих в одном доме. Люди, проживающие в одном доме или одной квартире, вступают между собой в особые **отношения**, которые принято называть **жилищными**. Предмет жилищных правоотношений – это жилое помещение, а также отношения участников, связанные непосредственно с ним.

### **Упражнение 4. Информационный блок**

**Цель:** информирование подростков о правах и обязанностях собственников жилых помещений

**Время:** 25 минут

**Инструментарий:** ноутбук, проектор

**Инструкция:**

**Ведущий:** Как мы с вами уже знаем, в каждой сфере отношений у человека есть свои права и свои обязанности. Сегодня мы определим, какие права и обязанности есть у жильцов дома, в частности у собственников жилых помещений.

В соответствии с ЖК РФ **жилым помещением** признается изолированное помещение, которое является недвижимым имуществом и пригодно для постоянного проживания граждан.

**Жилым помещением** считается:

- 1) жилой дом, часть жилого дома;
- 2) квартира, часть квартиры;
- 3) комната.

Собственник жилья **имеет право** пользоваться, владеть и распоряжаться своим жилым помещением. Также он вправе сдавать его в аренду как отдельным людям, семьям, так и компаниям, заключая при этом договор аренды, договор найма, договор безвозмездного пользования или иные законом установленные документы.

Важно помнить, что собственник **ответственен** за содержание того помещения, которое у

него в собственности, он обязан поддерживать данное помещение в надлежащем состоянии, не допуская бесхозяйственного обращения с ним, соблюдать права и законные интересы соседей, правила пользования жилыми помещениями, а также правила содержания общего имущества собственников помещений в многоквартирном доме. Что к этому относится? Например, если собственник не проживает в квартире (или доме, комнате) или не поддерживает порядок, не осуществляет необходимый ремонт. Жилплощадь может прийти в аварийное состояние. Там может быть плохая проводка, из-за чего повышается вероятность пожара, ветхие трубы, батареи, что повышает риск затопления соседей. В этом случае соседи могут обратиться в суд, так как аварийное состояние этого конкретного жилья несет угрозу их безопасности, их жизни и здоровью.

Также собственник **обязан** осуществлять коммунальные платежи. Задержки платежей свыше 1-3-6 месяцев могут привести к начислению пени, отключению горячей воды, газа, электричества и обращению в суд жилищно-управляющей организацией за взысканием долга. А затем уже судебные приставы будут изымать денежные средства и имущество. В некоторых случаях должника может постигнуть участь выселения из квартиры.

Если мы говорим о многоквартирном доме, то собственники должны также выбрать **способ управления своим домом**. Это может быть управляющая компания, управление товариществом собственников жилья (ТСЖ) или – если в доме не более 30 квартир – непосредственное управление собственниками помещений. В чем разница? Если собственники сами управляют своим домом, то собственники сами выполняют все работы по содержанию и ремонту дома, обеспечивают должную работу всех «благ цивилизации». Если в доме ТСЖ – выбирается группа лиц из числа собственников, которые будут организовывать обеспечение дома всем необходимым, своевременный ремонт и т.п. Если же собственники выбрали управляющую компанию, то именно она будет отвечать за благоустройство дома, прилегающей территории и обеспечение надлежащего состояния дома.

В случае, если надлежащее состояние дома не обеспечивается важно обращаться сначала в ту структуру, которая выбрана для управления домом (ТСЖ, УК, самостоятельное управление), если же они бездействуют или не принимают необходимых мер, возможно обратиться в департамент ЖКХ

<https://www.kurgan-city.ru/about/dep/dgkh/> - департамент ЖКХ

Адрес: 640002, Россия, г. Курган, площадь Ленина, дом №1  
тел. 42-85-00

### ***Упражнение 5. «Веселый счет»***

**Цель:** снятие внутреннего напряжения участников.

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:** Ведущий называет какое-либо число, не превышающее количество человек в группе. Названное количество участников встает. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться. Закончить числом, при котором встанет половина участников. По окончании попросить разделиться на две команды: первая – те, кто встал, вторая – те, кто остался сидеть.

### ***Упражнение 6. Групповая дискуссия с использованием кейс-технологии***

**Цель:** актуализация знаний по теме

**Время:** 25 минут

**Инструментарий:** листы А4, ручки, раздатка с заданием, флипчарт, маркер

**Инструкция:**

Ведущий:

Как мы помним, жилищные отношения – это не только отношения собственника с арендатором или с официальными структурами, это еще и отношения с соседями. Так бывает, что между соседями возникает конфликт и сейчас каждая группа получит описание конфликтной ситуации между соседями. За 10 минут общими усилиями нужно придумать варианты разрешения конфликта.

*Ситуация 1. В одной квартире проживает молодая семья с младенцем. В соседнюю квартиру заехали новые жильцы и начали делать ремонт. Ребенку нужен дневной сон, но из-за шума ремонта режим ребенка нарушен. Родители высказывают претензии соседям, те в свою очередь указывают, что имеют право производить ремонт в дневное время. Какие варианты разрешения сложившейся ситуации можно предложить?*

*Ситуация 2. В коммунальной квартире происходят частые ссоры между соседями. Одна соседка создает препятствия другим жильцам в пользовании местами общего пользования (кухней, ванной, туалетом). Женица высказывает претензии к соседям, что они не оплачивают коммунальные услуги, следовательно, пользоваться кухней, ванной и туалетом не имеют права? Какие варианты законного разрешения данной ситуации можно найти?*

После группового обсуждения первая команда зачитывает свою ситуацию и предлагает совместно разработанные варианты. Затем вторая группа задает вопросы, предлагает свои варианты. После полного обсуждения первого кейса ведущий предлагает второй команде озвучить свою ситуацию и варианты решения. Обсуждение повторяется.

### **Упражнение 7. «Волны»**

**Цель:** снятие напряжения

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Все участники стоят в одном большом кругу и держатся за руки. Тренер говорит, что сейчас он запустит волну, а участники должны будут передать ее по кругу. «Волны» могут быть разными. Ведущий или просто поднимает руку с рукой своего соседа, или пожимает ее, или делает какое-то другое движение, например, сплетает пальцы своей руки и руки соседа в замок. Задача каждого участника — максимально точно и быстро передать полученное движение дальше.

Когда у игроков получается выполнять движения без ошибок, тренер запускает еще одну волну в ту же или в противоположную сторону.

### **Упражнение 8. «Рефлексивный круг»**

**Цель:** рефлексия, обратная связь

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Все участники садятся в круг. Ведущий задает алгоритм рефлексии: Расскажите о своем эмоциональном состоянии по ходу занятия и в его конце. Что нового Вы узнали, чему научились? Каковы причины этого? Как Вы оцениваете свое участие в занятии? Затем все участники поочередно высказываются в соответствии с заданным алгоритмом. Тренер завершает рефлексивный круг.

#### Приложение 4. Кейсы для упражнения 6

Ситуация 1. В одной квартире проживает молодая семья с младенцем. В соседнюю квартиру заехали новые жильцы и начали делать ремонт. Ребенку нужен дневной сон, но из-за шума ремонта режим ребенка нарушен. Родители высказывают претензии соседям, те в свою очередь указывают, что имеют право производить ремонт в дневное время. Какие варианты разрешения сложившейся ситуации можно предложить?

Ситуация 2. В коммунальной квартире происходят частые ссоры между соседями. Одна соседка создает препятствия другим жильцам в пользовании местами общего пользования (кухней, ванной, туалетом). Женщина высказывает претензии к соседям, что они не оплачивают коммунальные услуги, следовательно, пользоваться кухней, ванной и туалетом не имеют права? Какие варианты законного разрешения данной ситуации можно найти?

## Занятие 2.5. Защита прав при оказании некачественных услуг или приобретении товара.

**Цель:** формирование у подростков знаний о способах защиты прав потребителя

**Задачи:**

- 1) сформулировать конкретные схемы защиты прав потребителя;
- 2) закрепить полученные знания;
- 3) информировать о службах, работающих в сфере защиты прав потребителя
- 4) замотивировать на посещение других занятий программы.

**Продолжительность:** 1 час 50 минут.

**Инструментарий:** ручки, листы А4, ноутбук, проектор, мягкая игрушка, музыка, анкеты, памятки.

**Ход занятия**

**Упражнение 1 «И снова здравствуйте»**

**Цель:** знакомство

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Группе предлагается встать со своих мест и начать ходить по комнате. Задача участников — поздороваться за руку с каждым. Во время рукопожатия нужно смотреть друг другу в глаза и представляться по имени: «Я — Анна», «Я — Дмитрий». Кроме имени, ничего называть не надо. Участникам нужно попытаться запомнить имя и облик каждого из участников. Когда каждый поздоровается за руку с каждым, первый круг игры заканчивается. Во втором круге игры участники снова обмениваются рукопожатиями, но в этот раз они уже не сами представляются друг другу, а обращаются по имени к партнеру. Формы обращения могут немного различаться: «Здравствуй, Анна!» или «Доброе утро, Дмитрий!». Если участнику не удастся вспомнить имя того, с кем он обменивается рукопожатием, ему нужно переспросить. Второй круг заканчивается тогда, когда завершится вторичный обмен рукопожатиями.

**Упражнение 2. «Фраза по кругу»**

**Цель:** командообразование, активизация когнитивных процессов

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Выбирается какая-нибудь простая фраза, например: «В саду падали яблоки». По сигналу ведущего, начиная с первого игрока, все по очереди произносят эту фразу. Каждый участник игры должен произнести ее с новой интонацией (вопросительной, восклицательной, удивительной, безразличной и т.д.). Если человек не может придумать ничего нового, он выбывает из игры – повторять интонацию нельзя. Так продолжается, пока не останется несколько победителей (три-четыре), но если никто не в состоянии ничего придумать, игра может закончиться и раньше.



### Упражнение 3. Групповая дискуссия с обсуждением вариантов защиты прав потребителя в разных ситуациях

**Цель:** информирование подростков о способах защиты прав потребителя

**Время:** 30 минут

**Инструментарий:** ноутбук, проектор

**Инструкция:**

**Ведущий:** Случалось и вам или вашим близким приобретать товар, который оказывался плохого качества? Или совершать покупку, которая потом оказывалась ненужной, неподходящей или просто разонравилась?

**Ответы участников**

Как Вы думаете, в этих ситуациях можно было что-то предпринять или можно было смириться с тем, что деньги потеряны?

**Ответы участников**

На самом деле, во многих случаях возможно принять меры, чтобы вернуть некачественную или разонравившуюся вещь и сейчас мы с вами узнаем, что для этого нужно.

### Схема 1 «Приобретение продовольственных товаров»

#### Как потребителю защитить свои права

Конкретная ситуация в продовольственном магазине

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>Если приобретен продукт с просроченным сроком годности или продукт утратил свои съедобные качества до положенного срока</p>  <p>Потребителю должны заменить товар на свежий или вернуть уплаченную сумму. Отсутствие у потребителя кассового или товарного чека, удостоверяющих факт и условия покупки товара, не является основанием для отказа в удовлетворении его требований</p> | <p>Если магазин не принимает устную претензию</p>  <p>Потребитель должен оформить ее письменно (с подписью о принятии претензии на экземпляре потребителя)</p> | <p>Если претензию в магазине брать отказываются</p>  <p>Потребитель должен отправить ее заказным письмом с уведомлением о вручении на юридический адрес (дубль на фактический) торговой организации, в ведении которой находится магазин</p> |
|--|---|--|

Если претензии не принимают



Аккуратно упакуйте продукт в целлофан и положите в холодильник или морозилку



Заручитесь показаниями свидетелей о недоброкачественном продукте (соседи, члены семьи)



Зафиксируйте нанесенный вред у врача (справка), если вы пострадали от принятия в пищу продукта



Сохраняйте рецепты и чеки, если в связи с этим покупали лекарства



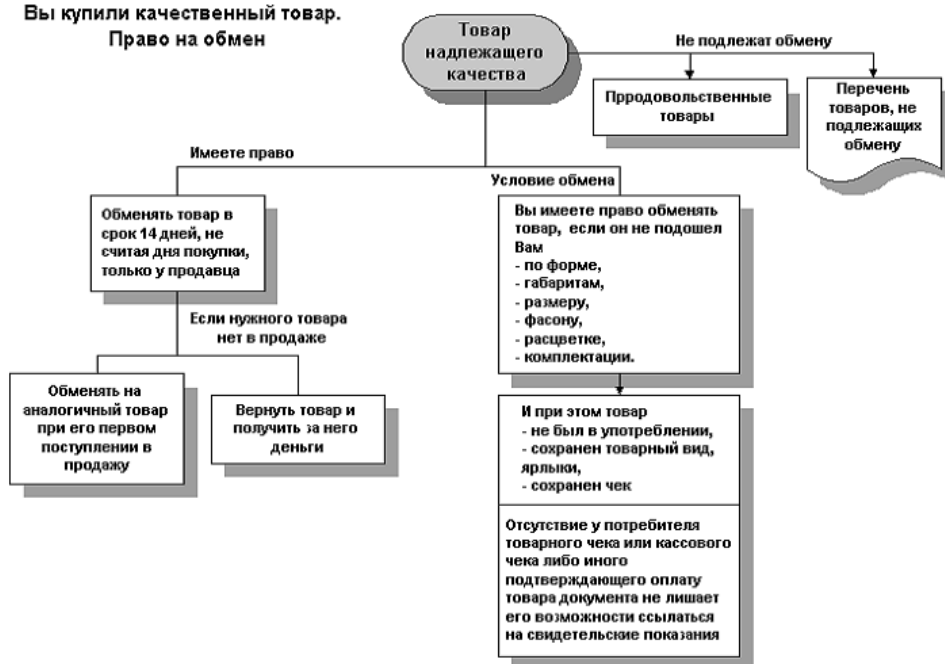
Обратитесь в Роспотребнадзор или экспертную организацию. Напишите заявление и отдайте товар на экспертизу

Для обращения в общество защиты прав потребителей или суд необходимы следующие документы:

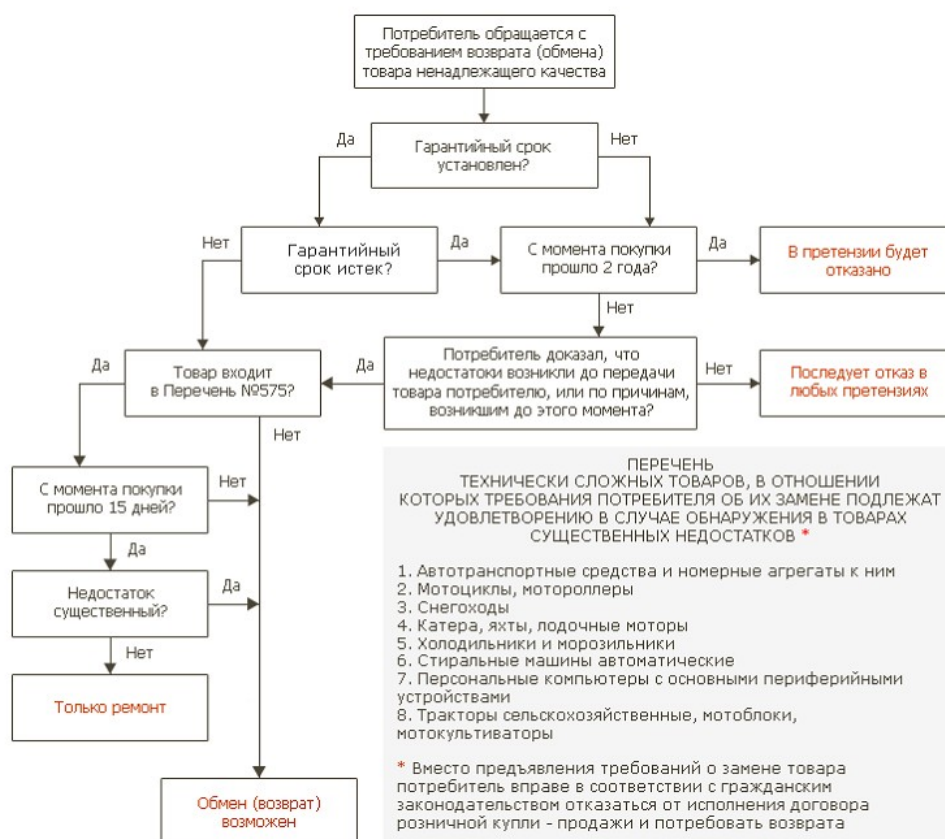
- экспертное заключение о недоброкачественности продукта
- чек (при отсутствии такового письменные показания свидетелей)
- письменная претензия с требованием возместить материальный и моральный ущерб
- другие документы (справка от врача, рецепты и чеки на лекарства и др.)

### Схема 2. Товар надлежащего качества

**Вы купили качественный товар.  
Право на обмен**



**Схема 3 «Товар ненадлежащего качества»**



**Упражнение 4. Практикум с использованием кейс-технологии**

**Цель:** отработка полученных знаний на практике

**Время:** 20 минут

**Инструментарий:** листы А4, ручки

**Инструкция:**

Участники делятся на 3 команды, каждой из которых предлагается свой кейс для отработки (прил. 5) и 10 минут на выработку стратегии поведения.

Через 10 минут участники зачитывают свой план, члены других команд выслушивают и потом могут задать вопросы, прокомментировать, оспорить выбранную тактику.

1. Вы приобрели смартфон, который сломался через неделю его использования, выключился, не включается. Что Вам надо делать?
2. Вы купили в магазине торт и только дома обнаружили, что упаковка повреждена. Что можно предпринять?
3. Вы купили в магазине футболку, но на следующий день поняли, что вам не нравится цвет. В магазине вы видели такую же футболку, но другого цвета. Что будете делать?

В конце ведущий подводит итог, что приобретая какую-либо вещь, важно сохранять чеки, для того чтобы доказать факт покупки. Также если покупка дорогостоящая, важно сохранять упаковку, гарантийный талон, чтобы иметь возможность предъявить их.

**Упражнение 5. «Охота на лис»**

**Цель:** командообразование, создание положительной атмосферы в группе

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Игра основана на шутке, что лучший способ поймать лису — насыпать ей на хвост соли.

Участникам предлагается в одно и то же время побыть в шкуре лисы и в шкуре охотника. Для этого каждый заводит руку за спину и прижимает к пояснице ладонь (тыльной стороной). Эта рука изображает хвост лисы. Вторая рука остается свободной.

По команде ведущего все участники свободно перемещаются по комнате, стараясь при этом коснуться свободной рукой «хвоста» другого участника и в то же время остаться самому непойманным. Когда участник чувствует, что ему «насыпали соли на хвост», то есть дотронулись до его ладони, он должен остановиться, но при этом может пытаться «поймать» других участников (главное условие — не сходить со своего места).

Тренер в этой игре исполняет роль арбитра и следит за тем, чтобы все выполняли правила.

**Упражнение 6. Информационный блок**

**Цель:** информирование участников о службах, работающих в сфере защиты прав потребителей

**Время:** 15 минут

**Инструментарий:** ноутбук, проектор

**Инструкция:**

Сейчас мы с вами выяснили, что человек, сделав некачественную или просто неудачную покупку, может принять меры по защите своих прав. Если же с продавцом или лицом, предоставившем некачественную услугу, решить ситуацию не удастся, Вы можете обратиться в Роспотребнадзор.

**Единый консультационный центр Роспотребнадзора Российской Федерации (защита прав потребителей): 88005554943**

## **Горячая линия Управления Роспотребнадзора по Курганской области**

8-800-100-45-04

**Адрес:** 640020, г. Курган, ул. Куйбышева, 46

**время работы** с 8.30 до 17.30

**перерыв** с 12.00 до 12.45

**Тел.:** +7 (3522)41-33-36

**Факс:** +7 (3522)41-38-63

**Эл. почта:** [info@45.rospotrebnadzor.ru](mailto:info@45.rospotrebnadzor.ru)

Отдельно хочу отметить ситуации, когда предоставляется некачественная медицинская помощь. Согласно Конституции, каждый имеет право на охрану здоровья и медицинскую помощь. Медицинская помощь в государственных и муниципальных учреждениях здравоохранения оказывается гражданам бесплатно за счет средств соответствующего бюджета, страховых взносов, других поступлений.

В этих случаях важно обращаться за помощью в Департамент здравоохранения

### **Горячая линия Департамента здравоохранения Курганской области**

8 (3522) 46-16-65 (с 8.00 до 17.00), 8 (3522) 25-03-03 (круглосуточно)

**Горячая линия по вопросам качества оказываемой медицинской помощи** в учреждениях здравоохранения работает в Департаменте здравоохранения Курганской области по номеру телефона 8 (3522) 46-16-65 в рабочие будние дни с 8 до 17 часов (обед с 12 до 13 часов)

Также, я думаю, у каждого из вас есть медицинский полис, где есть контакты **страховой компании**. Страховые компании обычно очень заинтересованы в оказании качественных услуг и периодически проверяют уровень удовлетворённости пациентов и качества оказанных им услуг.

В случае оказания Вам медицинской помощи некачественно или отказа в оказании медицинской помощи в объёме, гарантированном государством, обращайтесь в страховую медицинскую организацию, где Вы застрахованы, или в региональный ТФОМС (Территориальный фонд обязательного медицинского страхования). Направьте письменное заявление с просьбой провести экспертизу качества оказания медицинской помощи по данному случаю.

За разъяснениями непонятных Вам аспектов можно обращаться к врачу, а если его ответ не удовлетворителен для Вас, — к руководителю медицинской организации или его заместителю, в региональное министерство или департамент здравоохранения.

Имейте при себе полис ОМС или его копию при путешествии по территории России.

### ***Упражнение 7. Анкета по итогам цикла «Имею право»***

**Цель:** определение уровня усвоения пройденного материала

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** бланки анкет (прил. 6)

#### **Инструкция:**

Участникам предлагается анкета для проверки того, насколько хорошо они поняли и запомнили информацию, посвященную правовой грамотности

### ***Упражнение 8. «Благодарности»***

**Цель:** рефлексия

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** мягкая игрушка, музыка, памятки

**Инструкция:**

Тренер пускает по кругу мягкую игрушку и говорит, что, как только музыка остановится, игрок, у которого в этот момент будет предмет, должен поблагодарить участников, сидящих справа и слева от него. Желательно, чтобы благодарности не были формальными и каждый участник говорил о тех поступках, словах, качествах партнера, которые были действительно важны (полезны) для него на этом тренинге.

Если участники затрудняются рассказать, в чем они благодарны своим соседям, то тренер предлагает им просто порадовать их любым способом. Это могут быть комплимент, выразительный жест и др. В группах, где высока степень открытости и раскрепощенности, можно попросить участников порадовать друг друга песней, танцем или другим творческим заданием.

В заключение тренер сам берет предмет и благодарит группу за работу на тренинге, потом вручает памятки.

## Приложение 5. Кейсы к упражнению 4

Вы приобрели смартфон, который сломался через неделю его использования, выключился, не включается. Что Вам надо делать?

Вы купили в магазине торт и только дома обнаружили, что упаковка повреждена. Что можно предпринять?

Вы купили в магазине футболку, но на следующий день поняли, что вам не нравится цвет. В магазине вы видели такую же футболку, но другого цвета. Что будете делать?

4.

## Приложение 6.

### Анкета по итогам цикла «Имею право»

1. С какого возраста наступает полная гражданская ответственность в РФ?
  - а) 16 лет
  - б) 18 лет
  - в) 21 год
  
2. Что входит в социальные права человека? (обведите все правильные варианты)
  - а) право на жилище
  - б) свобода передвижения
  - в) право на образование
  - г) право на медицинское обслуживание
  - д) право на отдых
  
3. Куда может обратиться гражданин, если многоквартирный дом, в котором он живет, не ремонтируется, не производится уборка подъездов, своевременное подключение отопления? (выберите все верные варианты)
  - а) прокуратура
  - б) управляющая компания
  - в) департамент ЖКХ
  - г) полиция
  
4. Что может произойти в случае, если собственник жилья не оплачивает коммунальные услуги? (выберите все верные ответы)
  - а) уголовное наказание
  - б) отключение газа/электричества/воды
  - в) ничего не произойдет, собственник имеет право не оплачивать коммунальные услуги
  - г) штраф/пеня
  
5. Какие документы должен предъявить человек при устройстве на работу?
  - а) паспорт, трудовую книжку
  - б) паспорт, трудовую книжку, СНИЛС
  - в) паспорт, трудовую книжку, результаты медосмотра
  - г) паспорт
  
6. В каких случаях работодатель не может уволить сотрудника? (выберите все верные варианты)
  - а) сотрудник на больничном
  - б) сотрудник в отпуске
  - в) сотрудник не согласен с увольнением
  - г) у сотрудника выходной
  
7. Что важно предъявить для того, чтобы вернуть товар или деньги за него? (выберите все

верные ответы)

- а) чек
- б) паспорт
- в) упаковку товара
- г) свидетелей покупки

8. Возможно ли вернуть в магазин разонравившуюся вещь?

- а) да
- б) нет
- в) да, если вещь в надлежащем состоянии
- г) да, если вещь в надлежащем состоянии, сохранился чек и прошло меньше 14 дней со дня покупки

9. Где можно расторгнуть брак?

- а) в органах ЗАГС
- б) в суде
- в) в органах ЗАГС или суде
- г) в органах ЗАГС, суде или многофункциональном центре (МФЦ)

10. Что относится к основным условиям вступления в брак? (выберите все верные варианты)

- а) добровольное согласие
- б) возраст 18 лет и старше
- в) отсутствие судимости
- г) наличие жилплощади
- д) цель брака — создание семьи



## **Методические материалы предоставленные специалистами отдела опеки и попечительства «О дополнительных гарантиях и правах детей-сирот в Курганской области»**

Право на образование является одним из основных и неотъемлемых конституционных прав граждан Российской Федерации.

Согласно ст. 43 Конституции РФ, каждый имеет право на образование. Под понятием «каждый» подразумевается любой человек, независимо от пола, расы, национальности, языка, происхождения, места жительства, отношения к религии, убеждений, принадлежности к общественным организациям, возраста, состояния здоровья, социального и имущественного положения.

Отсутствие родительской заботы и воспитания привело к необходимости обеспечения дополнительными гарантиями реализации права на образование детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Федеральный закон от 21.12.1996 года № 159-ФЗ и Закон Курганской области от 31.12.2004 года № 6 определяют общие принципы, содержание и меры социальной поддержки Детей-сирот, Лиц из числа детей-сирот и детей, а также лиц, потерявших в период обучения обоих родителей или единственного родителя.

Данные законы уточняют перечень образовательных учреждений, при обучении в которых Дети-сироты, Лица из числа детей-сирот, а также лица, потерявших в период обучения обоих родителей или единственного родителя имеют право на полное государственное обеспечение.

### 1. Согласно ст. 6 № 159-ФЗ, ст.3 ЗКО № 6

1) Дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, а также лица из их числа имеют право:

- на получение второго среднего профессионального образования по программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих по очной форме обучения за счет средств областного бюджета.

- имеют право на однократное прохождение обучения по программам профессиональной подготовки по профессиям рабочих, должностям служащих по очной форме обучения за счет средств областного бюджета.

- за детьми-сиротами, прошедшими профессиональное обучение в рамках освоения образовательных программ среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования, сохраняется право на однократное прохождение обучения по программам профессиональной подготовки по профессиям рабочих, должностям служащих по очной форме обучения за счет средств областного бюджета

2) Дети-сироты, а также Лица из их числа, лица, потерявшие в период обучения обоих родителей или единственного родителя, обучающиеся по очной форме обучения зачисляются на полное государственное обеспечение до завершения обучения по указанным образовательным программам.

В случае достижения Лицами из числа детей-сирот, Лицами, потерявшими в период обучения обоих родителей или единственного родителя, обучающимися по очной форме обучения возраста 23 лет за ними сохраняется право на полное государственное обеспечение и дополнительные гарантии по социальной поддержке, предусмотренные в отношении указанных лиц, до завершения обучения по таким образовательным программам.

### **Что предоставляется:**

- бесплатное питание (или возмещение полной стоимости) - 183 рубля в день на одного, выходные — 230 рублей, около 5 500 рублей в месяц.

- бесплатный комплект одежды, обуви и мягкого инвентаря (или возмещение полной стоимости)

- 19835 рублей в год на одного обучающегося в возрасте до 18 лет;
  - 21835 рубля в год на одного обучающегося в возрасте от 18 до 23 лет.
  - бесплатное общежитие
  - бесплатное медицинское обслуживание
- Или возмещение их полной стоимости

**Куда обращаться:**

- в организацию профессионального образования

4) Помимо полного государственного обеспечения имеют право на **выплату стипендии.**

1) **государственной академической стипендии студентам, обучающимся по образовательным программам среднего профессионального образования, - в размере 490 рублей в месяц с учетом районного коэффициента;**

2) государственной академической стипендии студентам, обучающимся по образовательным программам высшего образования (программы бакалавриата, программы специалитета, программы магистратуры), - в размере 1340 рублей в месяц с учетом районного коэффициента;

3) государственной **социальной** стипендии студентам, обучающимся по образовательным программам среднего профессионального образования, - в размере **735 рублей** с учетом районного коэффициента;

4) государственной социальной стипендии студентам, обучающимся по образовательным программам высшего образования (программы бакалавриата, программы специалитета, программы магистратуры), - в размере 2010 рублей в месяц с учетом районного коэффициента;

5) государственной стипендии аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам, обучающимся по образовательным программам высшего образования, в том числе:

по программам аспирантуры - в размере 2637 рублей в месяц с учетом районного коэффициента;

по программам ординатуры - в размере 6717 рублей в месяц с учетом районного коэффициента;

по программам ассистентуры-стажировки - в размере 2637 рублей в месяц с учетом районного коэффициента.

На основании ППКО от 23.10.2017 г. № 374

9. **Государственная академическая стипендия** назначается студентам в зависимости от успехов в учебе на основании результатов промежуточной аттестации в соответствии с календарным учебным графиком **с первого числа месяца, следующего за месяцем ее окончания, не реже двух раз в год.**

Студент, которому назначается государственная академическая стипендия, должен соответствовать следующим требованиям:

- отсутствие по итогам промежуточной аттестации оценки "удовлетворительно";
- отсутствие академической задолженности.

В период с начала учебного года по месяц окончания первой промежуточной аттестации в соответствии с календарным учебным графиком **государственная академическая стипендия выплачивается всем студентам первого курса, обучающимся по очной форме обучения** за счет бюджетных ассигнований бюджета Курганской области.

10. **Государственная социальная стипендия назначается студентам** из числа лиц, указанных в **части 5 статьи 36** Федерального закона от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (далее - Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации").

11. Государственная стипендия аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам назначается в зависимости от успешности освоения программ подготовки научно-

педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), программ ординатуры, программ ассистентуры-стажировки на основании результатов промежуточной аттестации в соответствии с календарным учебным графиком с первого числа месяца, следующего за месяцем ее окончания.

Аспирант, ординатор, ассистент-стажер, которому назначается государственная стипендия аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам, должен соответствовать следующим требованиям:

- отсутствие по итогам промежуточной аттестации оценки "удовлетворительно";
- отсутствие академической задолженности.

В период с начала учебного года по месяц окончания первой промежуточной аттестации в соответствии с календарным учебным графиком государственная стипендия аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам выплачивается всем аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам первого года обучения, обучающимся по очной форме обучения за счет бюджетных ассигнований бюджета Курганской области.

**12. Государственная академическая стипендия студентам**, государственная стипендия аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам **назначается распорядительным актом руководителя образовательной организации на период по месяц окончания очередной промежуточной аттестации в соответствии с календарным учебным графиком** (в случае отсутствия такой промежуточной аттестации - до окончания обучения).

**13. Выплата государственной академической стипендии студентам**, государственной стипендии аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам осуществляется образовательной организацией **ежемесячно не позднее 25 числа текущего месяца**.

**14. В летний период государственная академическая стипендия студентам**, государственная стипендия аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам **выплачивается за весь каникулярный период не позднее трех рабочих дней с начала каникул**.

**15. Государственная социальная стипендия назначается студенту распорядительным актом руководителя образовательной организации со дня представления в образовательную организацию документа, подтверждающего соответствие одной из категорий граждан, указанных в части 5 статьи 36 Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации", по месяц прекращения действия основания ее назначения (за исключением категории лиц, получивших государственную социальную помощь)**.

**В случае если документ, подтверждающий соответствие одной из категорий граждан, указанных в части 5 статьи 36 Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" (за исключением категории лиц, получивших государственную социальную помощь), является бессрочным, государственная социальная стипендия назначается студенту до окончания обучения**.

**Студентам, относящимся к категории лиц, получивших государственную социальную помощь**, государственная социальная стипендия назначается распорядительным актом руководителя образовательной организации со дня представления в образовательную организацию документа, подтверждающего назначение государственной социальной помощи, **на один год со дня назначения указанной государственной социальной помощи**.

**16. Выплата государственной социальной стипендии студентам осуществляется образовательной организацией ежемесячно не позднее 25 числа текущего месяца**.

**17. Выплата государственной академической стипендии студентам, государственной стипендии аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам прекращается**

с первого числа месяца, следующего за месяцем:

- получения оценки "удовлетворительно" во время прохождения промежуточной аттестации;

- образования академической задолженности.

18. **Выплата государственной академической стипендии** студентам, государственной социальной стипендии студентам, государственной стипендии аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам **прекращается с момента отчисления студента из образовательной организации.**

19. **В случае предоставления обучающемуся по его заявлению каникул после прохождения итоговой аттестации** (государственной итоговой аттестации) выплата назначенной государственной академической стипендии студентам, государственной стипендии аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам **продолжается в период указанных каникул до момента отчисления обучающегося из образовательной организации.**

20. **Нахождение обучающегося в академическом отпуске, а также в отпуске по беременности и родам, отпуске по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет не является основанием для прекращения выплаты (назначения) государственной социальной стипендии.**

**Выплата государственной академической стипендии** студентам, государственной стипендии аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам **приостанавливается с первого числа месяца, следующего за месяцем предоставления академического отпуска, а также отпуска по беременности и родам, отпуска по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет, и возобновляется с первого числа месяца выхода из академического отпуска, а также отпуска по беременности и родам, отпуска по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет по результатам промежуточной аттестации, имевшимся на дату предоставления академического отпуска, а также отпуска по беременности и родам, отпуска по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет, с учетом периода обучения, за который государственная академическая стипендия студентам, государственная стипендия аспирантам, ординаторам, ассистентам-стажерам была выплачена до предоставления академического отпуска, а также отпуска по беременности и родам, отпуска по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет.**

4) Детям-сиротам, Лицам из числа детей-сирот, лицам, потерявшим в период обучения обоих родителей или единственного родителя, обучающимся по очной форме обучения по основным профессиональным образовательным программам за счет средств областного бюджета, наряду с полным государственным обеспечением выплачивается ежегодное пособие на приобретение учебной литературы и письменных принадлежностей в размере трехмесячной государственной социальной стипендии.

Выплата пособия осуществляется образовательной организацией, в течение 20 дней с начала учебного года путем выдачи наличных денежных средств в кассе образовательной организации либо по заявлению студента нашей категории, поданному до 10 сентября текущего года, путем перечисления на счет или счета, открытые на его имя в банке или банках. Пособие выплачивается один раз в год, в течение всего периода обучения.

Решение о выплате ежегодного пособия оформляется соответствующим приказом образовательной организации.

Лицам, потерявшим в период обучения обоих родителей или единственного родителя, пособие выплачивается со дня возникновения оснований для выплаты пособия, но не более чем за 3 месяца до дня обращения за выплатой пособия, и до завершения указанными лицами обучения.

**Основание:**

ПП РФ от 18.09.2017 № 1116, ППКО от 08.08.2017 № 274

**Условие:**

- предоставляют справку, выданную органом опеки и попечительства по месту жительства несовершеннолетнего подопечного или хранения личного дела подопечного, достигшего 18-летнего возраста, содержащую реквизиты документов, свидетельствующих об обстоятельствах утраты (отсутствия) попечения его родителей (единственного родителя).

- лица, потерявшие в период обучения обоих родителей или единственного родителя, представляют, копии следующих документов:

свидетельство (свидетельства) о смерти матери (отца);

решение суда о признании матери (отца) умершей (им);

справка о рождении, подтверждающая, что сведения об отце ребенка внесены в запись акта о рождении на основании заявления матери.

Копии указанных документов представляются при наличии оригиналов этих документов.

**5)** Дети-сироты, Лица из числа детей-сирот, лица, потерявшие в период обучения обоих родителей или единственного родителя обеспечиваются бесплатным питанием, бесплатным комплектом одежды, обуви и мягким инвентарем (ПП РФ от 18.09.2017 г. № 1117, ПА(П)КО от 24.11.2004 г. № 419)

**Что предоставляется:**

- бесплатное питание (или возмещение полной стоимости) - 183 рубля в день на одного, выходные — 230 рублей, около 5 500 рублей в месяц.

- бесплатный комплект одежды, обуви и мягкого инвентаря (или возмещение полной стоимости)

- 19835 рублей в год на одного обучающегося в возрасте до 18 лет;

- 21835 рубля в год на одного обучающегося в возрасте от 18 до 23 лет.

**б)** Обеспечиваются **бесплатным проездом** на городском, пригородном транспорте, в сельской местности на внутрирайонном транспорте (кроме такси), а также бесплатным проездом один раз в год к месту жительства и обратно к месту учебы.

Для обеспечения бесплатным проездом детей-сирот и лиц из числа детей-сирот на городском, пригородном транспорте, в сельской местности на внутрирайонном транспорте (кроме такси) образовательной организацией по их заявлению приобретаются проездные документы для проезда на городском, пригородном, в сельской местности на внутрирайонном транспорте (кроме такси).

При невозможности приобретения образовательной организацией проездных документов, Детям-сиротам и Лицам из их числа компенсируются расходы на проезд в размере понесенных затрат из расчета не более 72 поездок в течение календарного месяца.

Для возмещения расходов на проезд дети-сироты и лица из их числа до 10-го числа месяца, следующего за месяцем, в котором произведены расходы на проезд, представляют в образовательную организацию заявление о возмещении расходов на проезд с указанием способа возмещения расходов и проездные документы, подтверждающие фактические расходы на проезд.

Образовательная организация в течение 15 дней со дня подачи указанного заявления выдает денежные средства в кассе образовательной организации либо перечисляет их на счет или счета, открытые на имя ребенка-сироты в банке или банках.

Для обеспечения бесплатным проездом один раз в год к месту жительства и обратно к месту учебы детям-сиротам образовательной организацией по их заявлению в течение 10 дней в кассе образовательной организации выдается в качестве аванса необходимая сумма денежных средств для приобретения проездных документов.

В течение 3 рабочих дней по прибытию к месту учебы дети-сироты представляют в образовательную организацию проездные документы, подтверждающие фактические расходы на проезд.

В случае несоответствия полученного детьми-сиротами авансового платежа фактическим расходам на проезд образовательной организацией в течение 5 рабочих дней после предоставления детьми-сиротами проездных документов производится перерасчет денежных средств.

Излишне предоставленные денежные средства подлежат возврату детьми-сиротами в кассу образовательной организации в течение 10 рабочих дней с момента представления проездных документов в образовательную организацию. В случае если размер фактически понесенных затрат на проезд превышает размер полученного детьми-сиротами авансового платежа, образовательная организация возмещает детям-сиротам сумму дополнительно затраченных на проезд денежных средств в течение 10 рабочих дней со дня представления проездных документов, подтверждающих расходы на проезд к месту жительства и обратно к месту учебы.

7) Выпускники организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, специальных учебно-воспитательных учреждений открытого и закрытого типа, в которых они обучались и воспитывались за счет средств областного бюджета, организаций, осуществляющих образовательную деятельность, организации профессионального образования обеспечиваются бесплатным комплектом одежды, обуви, мягким инвентарем, оборудованием (или денежная компенсация) и единовременным денежным пособием в размере пятисот рублей.

Размер компенсации утвержден приказом Департамента образования и науки Курганской области от 14.02.2017 г. № 213, составляет 84 687 руб.

Организация, в которой обучается выпускник, не позднее чем за 6 месяцев до окончания выпускником обучения запрашивает у этих организаций информацию об обеспечении данного выпускника бесплатным комплектом одежды, обуви, мягким инвентарем, оборудованием либо о выплате денежной компенсации их стоимости по установленным нормам и выплате единовременного денежного пособия при выпуске из этих организаций.

Выпускники для получения единовременного денежного пособия в течение 10 дней со дня окончания обучения и (или) воспитания в организации подают заявление в организацию о его выплате с указанием реквизитов счета или счетов, открытых на имя выпускника в банке или банках, на который необходимо перечислить единовременное денежное пособие.

Организация обеспечивает выпускников единовременным денежным пособием в течение 15 дней со дня подачи заявления.

Выпускники в течение 10 дней со дня окончания обучения и (или) воспитания в организации подают заявление в организацию об обеспечении бесплатным комплектом одежды, обуви, мягким инвентарем, оборудованием.

Организация обеспечивает выпускников бесплатным комплектом одежды, обуви, мягким инвентарем, оборудованием в течение 15 дней со дня подачи заявления.

По желанию выпускников им в кассе организации выдается денежная компенсация для приобретения комплекта одежды, обуви, мягкого инвентаря и оборудования или такая компенсация перечисляется на счет выпускника, открытый в кредитной организации, в течение 15 дней со дня подачи заявления.

Предусмотренные дополнительные гарантии по социальной поддержке не предоставляются если указанные гарантии уже были им предоставлены за счет средств организации, где они ранее обучались и (или) воспитывались.

8) Дополнительные гарантии права на медицинское обслуживание отражены в ст. 7 № 159-ФЗ

Детям-сиротам, а также Лицам из числа детей-сирот, предоставляется бесплатное медицинское обслуживание и оперативное лечение в государственном и муниципальном лечебно-профилактическом учреждении, в том числе проведение диспансеризации,

оздоровления, регулярных медицинских осмотров.

Детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, лицам из числа детей-сирот и детей, оставшимся без попечения родителей, могут предоставляться путевки в школьные и студенческие спортивно-оздоровительные лагеря (базы) труда и отдыха, в санаторно-курортные учреждения при наличии медицинских показаний, а также оплачивается проезд к месту лечения и обратно.

#### 10) Дополнительные гарантии права **на труд**

Органы государственной службы занятости населения при обращении к ним детей-сирот, в возрасте от 14 до 18 лет осуществляют профориентационную работу с указанными лицами и обеспечивают диагностику их профессиональной пригодности с учетом состояния здоровья.

Ищущим работу впервые и зарегистрированным в органах государственной службы занятости в статусе безработного детям-сиротам, а также лицам из числа детей-сирот, выплачивается пособие по безработице в течение 6 месяцев в размере уровня средней заработной платы.

Органы службы занятости в течение указанного срока осуществляют профессиональную ориентацию, профессиональную подготовку и трудоустройство лиц данной категории.

#### 11) Судебная защита прав. (ст. 10 № 159-ФЗ).

За защитой своих прав Дети-сироты, а также Лица из числа детей-сирот, как и их законные представители, опекуны (попечители), приемные родители, органы опеки и попечительства и прокурор вправе обратиться в установленном порядке в соответствующие суды РФ.

12) Ответственность за неисполнение Федерального закона № 159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» отражена в ст.11 настоящего закона.

Должностные лица органов государственной власти РФ, органов государственной власти субъектов РФ, органов местного самоуправления несут ответственность за несоблюдение положений настоящего Федерального закона в соответствии с Конституцией РФ, с законодательством РФ.

Нормативные правовые акты федеральных органов исполнительной власти, принятые с нарушением настоящего Федерального закона, ограничивающие права детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, либо устанавливающие такой порядок осуществления этих прав, который существенно затрудняет их использование, признаются недействительными в установленном законодательством порядке.

Неисполнение либо ненадлежащее исполнение должностными лицами федеральных органов государственной власти своих обязанностей, предусмотренных настоящим Федеральным законом, влечет за собой дисциплинарную, административную, уголовную или гражданско-правовую ответственность в соответствии с законодательством РФ.

#### 10. Дополнительные гарантии прав на имущество и жилое помещение.

Ст. 6. ЗКО от 31.12.2004 года № 6 Дополнительные виды социальной поддержки в сфере имущественных отношений

1. Детям-сиротам и лицам из числа детей-сирот, которые не являются нанимателями жилых помещений по договорам социального найма или членами семьи нанимателя жилого помещения по договору социального найма либо собственниками жилых помещений, а также детям-сиротам и лицам из числа детей-сирот, которые являются нанимателями жилых помещений по договорам социального найма или членами семьи нанимателя жилого помещения по договору социального найма либо собственниками жилых помещений, в случае, если их проживание в ранее занимаемых жилых помещениях признается невозможным, органом исполнительной власти Курганской области, уполномоченным

осуществлять управление государственным имуществом Курганской области, однократно предоставляются благоустроенные жилые помещения специализированного жилищного фонда по договорам найма специализированных жилых помещений.

Жилые помещения, предоставляются лицам по достижении ими возраста 18 лет, а также в случае приобретения ими полной дееспособности до достижения совершеннолетия.

Проживание детей-сирот и лиц из числа детей-сирот, в ранее занимаемых жилых помещениях, нанимателями или членами семей нанимателей по договорам социального найма либо собственниками которых они являются, признается невозможным при наличии обстоятельств, установленных федеральным законодательством:

1) проживание на любом законном основании в таких жилых помещениях лиц:

- лишенных родительских прав в отношении этих детей-сирот и лиц из числа детей-сирот (при наличии вступившего в законную силу решения суда об отказе в принудительном обмене жилого помещения в соответствии с частью 3 статьи 72 Жилищного кодекса Российской Федерации);

- страдающих тяжелой формой хронических заболеваний в соответствии с указанным в пункте 4 части 1 статьи 51 Жилищного кодекса Российской Федерации перечнем, при которой совместное проживание с ними в одном жилом помещении невозможно;

2) жилые помещения непригодны для постоянного проживания или не отвечают установленным для жилых помещений санитарным и техническим правилам и нормам;

3) общая площадь жилого помещения, приходящаяся на одно лицо, проживающее в данном жилом помещении, менее учетной нормы площади жилого помещения, в том числе, если такое уменьшение произойдет в результате вселения в данное жилое помещение детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей;

а также в случаях проживания в таких жилых помещениях лиц:

1) не являющихся членами семьи этих детей-сирот и лиц из числа детей-сирот, имеющих самостоятельное право пользования жилым помещением;

2) бывших усыновителей этих детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей, если усыновление отменено;

3) признанных в установленном порядке недееспособными или ограниченными в дееспособности;

4) имеющих или имевших судимость либо подвергающихся или подвергавшихся уголовному преследованию (за исключением лиц, уголовное преследование в отношении которых прекращено по реабилитирующим основаниям) за преступления против жизни и здоровья, половой неприкосновенности и половой свободы личности, против семьи и несовершеннолетних, здоровья населения и общественной нравственности, а также против общественной безопасности;

5) больных хроническим алкоголизмом или наркоманией.

Срок действия договора найма специализированного жилого помещения, составляет пять лет.

В случае выявления обстоятельств, свидетельствующих о необходимости оказания лицам, содействия в преодолении трудной жизненной ситуации, договор найма специализированного жилого помещения может быть заключен на новый пятилетний срок не более чем один раз.

По окончании срока действия договора найма специализированного жилого помещения, орган исполнительной власти Курганской области, уполномоченный осуществлять управление государственным имуществом Курганской области, обязан принять решение об исключении жилого помещения из специализированного жилищного фонда и заключить с лицами, договор социального найма в отношении данного жилого помещения.

**3.1** Порядок формирования списка детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей, которые подлежат обеспечению специализированными жилыми помещениями



1. Законные представители Детей-сирот, представляют заявление о включении указанных лиц в список детей-сирот и лиц из числа детей-сирот, которые подлежат обеспечению жилыми помещениями на территории Курганской области (далее - список), по месту жительства детей-сирот, со дня достижения детьми-сиротами, возраста 14 лет или возникновения после достижения детьми-сиротами возраста 14 лет предусмотренных действующим законодательством оснований для предоставления указанным лицам жилых помещений.

Заявление о включении в список также могут представить в уполномоченный орган по месту их жительства дети-сироты, объявленные полностью дееспособными (эмансипированными), и лица из числа детей-сирот, если они не были в установленном порядке включены в список соответственно до приобретения ими полной дееспособности до достижения совершеннолетия либо до достижения ими возраста 18 лет или не реализовали принадлежащее им право на обеспечение жилыми помещениями до 1 января 2013 года.

В случае непредставления законными представителями детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лицами из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, заявления о включении в список уполномоченный орган принимает меры по включению указанных лиц в список.

2. Список должен содержать следующие сведения:

1) фамилии, имена, отчества детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;

2) даты рождения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;

3) реквизиты правовых актов уполномоченных органов о включении детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в список;

4) информацию об изменении места жительства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

3. К заявлению о включении в список прилагаются следующие документы:

1) справка органа опеки и попечительства, подтверждающая, что гражданин имеет статус ребенка-сироты, либо является лицом из числа детей-сирот;

2) копия акта органа опеки и попечительства о назначении детям-сиротам законных представителей (в случае подачи заявления законным представителем);

3) выписка из Единого государственного реестра недвижимости об отсутствии у детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей, права собственности на жилое помещение;

4) справка организации по государственному техническому учету и (или) технической инвентаризации (в отношении детей, рожденных до 1 января 1998 года) об отсутствии у детей-сирот и лиц из числа детей-сирот права собственности на жилое помещение;

5) справка местной администрации городского округа, поселения об отсутствии у детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей, прав на жилое помещение по договору социального найма.

6) решение уполномоченного органа о признании невозможности проживания в ранее занимаемом жилом помещении (если такое имеется).

4. Уполномоченный орган в течение 15 рабочих дней со дня получения всех прилагаемых к заявлению документов проводит проверку сведений, содержащихся в документах, и принимает решение:

1) о включении детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в список;

2) об отказе во включении детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в список.

5. Решение об отказе во включении детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей, в список принимается в случае отсутствия предусмотренных действующим законодательством оснований для включения в список.

Решение о включении либо об отказе во включении в список оформляется правовым актом уполномоченного органа, уведомление о включении в список с указанием реквизитов правового акта либо копия решения об отказе во включении в список в течение 5 рабочих дней со дня принятия правового акта направляется законному представителю детей-сирот либо лицам из числа детей-сирот.

6. Включение детей-сирот и лиц из числа детей-сирот, в список осуществляется в порядке очередности в зависимости от даты принятия уполномоченным органом решения о включении указанных лиц в список.

7. В случае возникновения новых оснований для включения в список детей-сирот и лиц из числа детей-сирот, вправе повторно обратиться в уполномоченный орган по месту жительства указанных лиц с заявлением об их включении в список.

8. Основаниями для исключения из списка являются:

1) предоставление детям-сиротам и лицам из числа детей-сирот жилого помещения по договору найма специализированного жилого помещения;

2) утрата статуса детей-сирот в результате усыновления (удочерения), возвращения в родную семью;

3) возникновения у детей-сирот и лиц из числа детей-сирот права на жилое помещение по договору социального найма либо на праве собственности;

4) переезд детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей на место жительства в другой субъект Российской Федерации;

5) смерть детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей;

6) подача личных заявлений лицами из числа детей-сирот в письменной форме по месту жительства об исключении из списка;

7) выявление в документах сведений, не соответствующих действительности, но послуживших основанием для принятия решений о включении детей-сирот лиц из числа детей-сирот в список либо установление неправомερных действий должностных лиц уполномоченного органа, послуживших основанием принятия такого решения.

Решение об исключении оформляется правовым актом уполномоченного органа, уведомление об исключении из списка с указанием реквизитов правового акта в течение 5 рабочих дней со дня принятия правового акта направляется законному представителю детей-сирот либо лицам из числа детей-сирот.

9. В случае переезда детей-сирот и лиц из числа детей-сирот из одного муниципального района, городского округа Курганской области в другой муниципальный район, городской округ Курганской области, уполномоченный орган в течение 10 рабочих дней со дня изменения места жительства указанных лиц направляет в уполномоченный орган по новому месту жительства учетное дело указанных лиц.

10. В случае переезда детей-сирот и лиц из числа детей-сирот и детей из Курганской области в другой субъект Российской Федерации уполномоченный орган в течение 10 рабочих дней со дня изменения места жительства указанных лиц направляет в уполномоченный исполнительный орган государственной власти субъекта Российской Федерации по новому месту жительства учетные дела указанных лиц.

В случае переезда детей-сирот и лиц из числа детей-сирот из другого субъекта Российской Федерации в Курганскую область уполномоченный орган в течение 5 рабочих дней со дня получения учетного дела указанных лиц, издает правовой акт о включении их в список, уведомление о включении в список с указанием реквизитов правового акта в течение 5 рабочих дней со дня принятия направляется законным представителям детей-сирот либо лицам из числа детей-сирот.

11. Уполномоченный орган не реже одного раза в 5 лет, а также при подготовке документов для принятия решения о предоставлении лицам из числа детей-сирот жилых помещений проводит обновление (актуализацию) данных о лицах из числа детей-сирот, включенных в список, запрашивая документы, предусмотренные для включения в список. Вновь полученные документы подлежат хранению в учетных делах указанных лиц.

## **Цикл занятий «Моя финансовая грамотность»**

**Цель:** освоение подростками из малообеспеченных и замещающих семей основ финансовой грамотности

**Задачи:**

1. Дать общее представление о необходимости и актуальности финансовой грамотности для успешного построения самостоятельной жизни;
2. Сформировать знания о налоговой системе в РФ;
3. Научить несовершеннолетних основам личного финансового планирования и формирования сбалансированного семейного бюджета;
4. Сформировать представление о банковской системе и формах взаимодействия граждан с банковскими организациями;
5. Сформировать знания об актуальных видах мошенничества и способствовать профилактике попадания в мошеннические схемы.

**Целевая аудитория:** подростки из малообеспеченных и замещающих семей – учащиеся старших классов и учреждений среднего профессионального образования.

**Содержание цикла:** 5 занятий с элементами тренинга продолжительностью 1ч 30 минут - 1ч 40 минут.

**Программа занятий:**

- 3.1 Общее понятие о финансовой грамотности
- 3.2 Семейный бюджет и способы его планирования
- 3.3 Банковская система – как это работает?
- 3.4 Налоги в РФ
- 3.5 Как защитить себя от мошенников

Основной целью цикла «Моя финансовая грамотность» является освоение подростками базовых знаний в финансовой сфере. В рамках цикла будет предоставлена возможность узнать актуальную информацию о разных составляющих финансовой сферы и закрепить полученные знания в практических упражнениях.

### **Занятие 3.1. Общее понятие о финансовой грамотности**

**Цель:** формирование представления о финансовой грамотности.

**Задачи:**

1. Дать понятие «финансовой грамотности»;
2. Продемонстрировать актуальность приобретения знаний в сфере финансов;
3. Замотивировать на посещение других занятий, посвященных развитию финансовой грамотности.

**Продолжительность:** 1 час 30 минут.

**Инструментарий:** бейджи, листы А4, ручки, проектор, ноутбук, магниты, фломастеры, флипчарт.

**Ход занятия**

**Упражнение 1. «Активный Александр, бодрый Борис, веселая Вероника»**

**Цель:** знакомство

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:** Каждому из участников предлагается придумать для себя адекватный эпитет, начинающийся на ту же букву, что и его имя. Начинает ведущий и представляется (например, «Привет, я — гениальный Григорий»), потом обращается к другому участнику (любому, кроме соседей справа и слева): «А ты кто?» Тот, к кому обратились, отвечает: «Привет, гениальный Григорий, я — доброжелательная Даша». И обращается к следующему с аналогичной фразой. Время от времени ведущий прерывает цепочку представлений, указывая на кого-то из уже представившихся участников и спрашивая: «А это кто?» И группа должна хором ответить.

**Упражнение 2. «И раз, и два, и три...»**

**Цель:** командообразование, активизация участников группы, усиление концентрации внимания

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:** Все участники стоят в кругу. По команде ведущего «раз» каждый начинает выполнять любое движение, желательно не очень сложное. По команде «два» все перестают делать свои движения и начинают повторять те движения, которые перед этим делали их соседи справа. На счет «три» участники опять меняют движение и выполняют движения соседа справа, которые тот начал делать по команде «два». Таким образом, движения как бы идут по кругу. Когда ведущий назовет число, равное числу участников в группе, движения должны вернуться к тем, кто начал делать их первым.

**Упражнение 3. Принятие правил работы в группе**

**Цель:** определение групповых правил, настрой на работу

**Время:** 15 минут

**Инструментарий:** флипчарт, маркер

**Инструкция:**

**Правила работы в группе:**

1. Не опаздывать на занятия. Участвовать в мероприятии от начала и до его завершения.
2. Информация о происходящем в группе не должна выноситься за ее пределы.
3. Каждому члену группы надо постараться быть активным участником всех предлагаемых игр, упражнений и заданий.
4. Каждый член группы должен быть искренним по мере возможности. Если сведения сообщаются, то они должны быть достоверными.
5. Каждый участник говорит от своего имени. Необходимо избегать безличных речевых оборотов, дающих возможность скрывать свои переживания и уходить от ответственности.
6. Недопустимо делать кому-либо замечания, давать негативную оценку работе или высказываниям других участников.

**Правила обсуждаются, дополняются, корректируются.**

#### ***Упражнение 4. «Ромашка»***

**Цель:** введение в тему «финансовой грамотности», подготовка к основному упражнению.

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** флипчарт, магниты, фломастеры,

**Инструкция:** На флипчарте нарисована ромашка: на сердцевине надпись «финансы», лепестки пустые. Участникам предлагается назвать ассоциации к слову финансы, ответы ведущий фиксирует на лепестках (возможен вариант: участники выходят и самостоятельно заполняют лепестки своими вариантами).

#### ***Упражнение 5. Мини-лекция с элементами групповой дискуссии «Финансы и финансовая грамотность»***

**Цель:** знакомство с понятием «финансовой грамотности», основными терминами и способами управления финансами.

**Время:** 30 минут

**Инструментарий:** проектор, ноутбук со слайдами

**Инструкция:**

*Ведущий:* финансовая грамотность важна для всех. Без умения управлять финансами не представляется жизнь ни одного взрослого человека. Однако изучение финансовой грамотности во взрослом возрасте дается гораздо сложнее. И всё это потому, что у взрослого человека уже сформированы привычки, поэтому, чем раньше человек разберется, что такое финансы и научится ими грамотно управлять, тем полезнее.

*Финансовая грамотность* - сложная сфера, предполагающая понимание ключевых финансовых понятий и использование этой информации для принятия разумных решений, способствующих экономической безопасности и благосостоянию людей. Обобщенное понятие финансовой грамотности определяется как умение эффективно использовать знания и навыки по управлению финансовыми ресурсами для достижения финансового благополучия.

Одними из ключевых понятий финансовой грамотности являются актив и пассив. *Актив* – это то, что приносит прибыль, *пассив* – соответственно то, что приводит к тратам. Например, актив – это зарплата или стипендия, которые мы можем получать, а кредит – это пассив, так как мы тратим свои средства, да еще и с процентами, то есть переплачиваем банку те средства, которые могли бы стать нашими активами.

*Вопросы группе:*

*Что еще можно назвать финансовым активом и пассивом? Если, например, у вас есть мотоцикл, в каких случаях он будет для вас активом, а в каких – пассивом?*

С первого взгляда кажется, что управлять финансами сложно и приходится тратить много времени, на самом деле все проще. Первое, что нужно сделать, – контролировать расходы.

*Вопросы для обсуждения:*

*Как вы думаете, как можно контролировать свои расходы? Может быть, кто-то из вас получает стипендию или пробовал работать во время каникул – как вы распоряжались своими доходами? Хотели бы вы что-то изменить в том, как вы потратили свои доходы? Что могли бы посоветовать тем, у кого еще нет личных доходов, на что им обратить внимание?*

Если записывать траты, то можно без труда оценить эффективность использования своих денег. Причем делать это достаточно просто, сейчас без труда на телефон или компьютер устанавливается приложение или программа управления личными финансами.

Но учета недостаточно, нужно также планировать свой бюджет.

*Вопросы для участников:*

*Как можно планировать свои расходы? Как придерживаться плана и не поддаваться спонтанным решениям потратить доходы на что-то незапланированное?*

Выделите главные цели, на которые нужны деньги, и если не хватает средств – разработайте план получения финансовых средств на них. Если же остаются свободные деньги – подумайте, как ими удачнее распорядиться: отложить на крупную покупку, потратить на какую-то выгодную покупку сейчас или, например, открыть вклад в банке.

А для того, чтобы научиться не поддаваться эмоциям и не потратить свободные деньги на то, что потом окажется ненужным и не будет нравиться, хочу познакомить вас с *методом некупленных товаров*.

Итак, в чем суть метода: в следующий раз, когда вам сильно захочется приобрести новые кроссовки или очередной модный аксессуар, отложите покупку на пару дней. Эмоции улягутся, и вы сможете принять взвешенное решение.

### **Упражнение 6. «Ромашка»**

**Цель:** актуализация полученных знаний

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** флипчарт, магниты, фломастеры

**Инструкция:** Ведущий вновь обращает внимание на нарисованную на флипчарте ромашку и предлагает дополнить свободные лепестки новыми характеристиками, о которых участники узнали в ходе мини-лекции и обсуждения.

### **Упражнение 7. Рефлексия**

**Цель:** получение обратной связи, мотивация на посещение следующих занятий.

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:** Участники сидят или стоят в кругу. По желанию один из участников выходит в центр круга, а остальные начинают ему бурно аплодировать. Аплодисменты продолжаются столько, сколько этого захочется стоящему в центре круга. Когда он решает, что ему

достаточно внимания, он благодарит группу (тем способом, который выберет он сам, — говорит «спасибо», кланяется, делает реверанс, пожимает каждому руку и т. д.) и возвращается в круг. После этого место в центре круга занимает следующий участник. Если кто-то стесняется и отказывается сам выйти в центр круга, ведущий может предложить ему выйти за своей порцией аплодисментов. Если же после этого участник отказывается можно предложить группе развернуться к участнику и поаплодировать ему.



## **Занятие 3.2. Семейный бюджет и способы его планирования**

**Цель:** формирование знания о семейном бюджете и необходимости его планирования.

**Задачи:**

1. Сформировать понятие «семейного бюджета»
2. Сформировать навыки планирования семейного бюджета;
3. Замотивировать на посещение других занятий, посвященных развитию финансовой грамотности.

**Продолжительность:** 1 час 30 минут.

**Инструментарий:** бейджи, мяч, листы А4, ручки, фломастеры, проектор, ноутбук, флипчарт, магниты, раздатка материалов для упражнений.

**Ход занятия:**

*Упражнение 1. «Мяч»*

**Цель:** командообразование, активизация участников группы

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** мяч

**Инструкция:**

Все участники становятся в круг. Ведущий бросает мячик одному из них, называя при этом свое имя и имя того, кому мячик адресован. Игра продолжается до тех пор, пока участники не перестанут переспрашивать друг у друга имена и не начнут быстро передавать мяч.

*Упражнение 2. «Передай предмет»*

**Цель:** разминка, создание положительной атмосферы в группе

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** мяч

**Инструкция:**

Ведущий берет какой-либо предмет (маркер, мячик) и отдает его ближайшему участнику. *«Ваша задача — передать этот предмет своему соседу справа и так по кругу. Причем способы передачи повторяться не должны. Если предмет упадет, начинаем сначала».* Самого оригинального можно наградить аплодисментами.

*Упражнение 3. Игра «Рассыпавшийся блокнот»*

**Цель:** подготовка к основному упражнению, настрой на восприятие новой информации.

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** раздатка (прил. 1.), флипчарт, магниты

**Инструкция:**

У ведущего в руках перевернутые надписями вниз стикеры, ведущий обходит круг участников и каждому предлагает выбрать один стикер. На флипчарте обозначены 2 колонки: Доходы и Расходы.

Ведущий: Во многих семьях все доходы и расходы фиксируются, вот и в семье Ивановых все расходы и доходы записаны в блокноте. Блокнот упал и рассыпался. Сейчас наша задача – навести в нем порядок. Каждому из вас достался стикер, и сейчас по очереди вы будете подходить к флипчарту и прикреплять свой стикер в ту колонку, к которой, как вы думаете, относится надпись на нем.

#### **Упражнение 4. Обсуждение «Семейный бюджет: что это такое и как его планировать» с применением стратегии «Раунд Робин»**

**Цель:** знакомство с понятием «семейного бюджета» и его составляющими

**Время:** 45 минут

**Инструментарий:** ноутбук со слайдами, проектор, флипчарт, маркеры.

**Инструкция:**

**Ведущий:** Сейчас мы с вами познакомились с главными составляющими семейного бюджета – доходами и расходами. Простыми словами, **семейный бюджет** – это и есть доходы и расходы семьи за определенный период: месяц, полгода, год и т.д.

*Доходы* – это денежная сумма, регулярно и законно поступающая в непосредственное распоряжение человека, а *расходы* – это денежные затраты человека на удовлетворение его потребностей.

Когда *расходы равны доходам* - бюджет называют сбалансированным. Когда *расходы превышают доходы*, тогда говорят, что бюджет имеет дефицит. Если же складывается ситуация, при которой *доходы больше расходов*, то бюджет называется *профицитным*, то есть в семье остается некоторая сумма, запас средств, которые можно потратить или оставить в качестве сбережений.

**Семейный бюджет** – одно из слагаемых благополучия семейной жизни. Думаю, каждый из вас сталкивался с ситуацией, когда вы обращались к родителям с просьбой купить ту или иную понравившуюся вещь, в детстве это могла быть понравившаяся игрушка, в более взрослом возрасте новый гаджет или деньги на поход в кино, кафе и т.д. И, конечно, когда вы сталкивались с отказом, это вызывало обиду, раздражение, но, возможно, отказ был как раз связан с тем, что в данный момент эта покупка оказывалась не запланированной.

Таким образом, весь смысл семейной экономики состоит в сбалансированности доходов и расходов семьи, а затем и в получении накоплений для увеличения расходов на улучшение обустройства быта семьи, формирование ее финансового резерва.

Многие люди считают, что незачем подсчитывать расходы-доходы, нет времени или просто лень. Но ведь от этого зависит благосостояние семьи, а порой тема финансов становится причиной раздоров и конфликтов. Если иметь полное представление о расходах и доходах семьи, получится накопить на что-то важное, распланировать поездки, крупные траты, отпуск.

При этом планирование семейного бюджета – дело довольно сложное. Чтобы спланировать, сколько средств и на что будет израсходовано, надо располагать данными не только о своих доходах, но и расходах, о ценах на товары и услуги.

Семейные расходы рассчитывают по четырем статьям: обязательные, основные, сбережения, свободные расходы. **Давайте все вместе попробуем определить, какие расходы относятся к обязательным и основным.** Для этого предлагаю каждому по кругу высказать свое мнение, свой пример таких расходов, повторяться нельзя. Начнем с обязательных. (*Ведущий обозначает на флипчарте заголовок «Обязательные» и фиксирует идеи участников. Затем повторяет этот алгоритм с «Основными» расходами. Примерный состав обязательных и основных расходов ниже*)

- **обязательные:** оплата жилья, коммунальных услуг, плата за обучение или детский сад, оплата обязательных счетов - эта статья практически постоянна.

- **основные расходы:** питание, лекарства, посещение курсов, кружков, спортивных клубов, одежда, транспорт, мобильная связь, Интернет, ведение домашнего хозяйства, карманные деньги и т. п.

Итак, здесь мы с вами обозначили примеры обязательных и основных расходов. Но кроме этого есть такие статьи расходов, как сбережения и свободные расходы. **Сбережения** – это суммы, которые ежемесячно откладываются на экстренные нужды или крупные покупки. **Свободные расходы:** отдых, развлечения, кино, театры, прием гостей, подарки. Эти статьи расходов могут увеличиваться или уменьшаться в зависимости от ситуации, от тех доходов, которые были получены семьей.

#### ***Упражнение 5. «Мои расходы»***

**Цель:** отработка навыков планирования семейного бюджета

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** фломастеры, раздатка (см. прил.)

#### **Инструкция:**

Для того чтобы закрепить информацию, которую мы сейчас обсуждали, предлагаю вам продумать и спланировать свои расходы на месяц. В тех бланках, которые вы получили, есть разные графы расходов, разное количество кружков-«фишек». Представьте, что ваш доход за месяц составляет 10 кружков-«фишек», как вы их потратите? Закрасьте те кружки в бланке, которые посчитаете нужным. Напоминаю, что максимально можно закрасить 10 кружков, в соответствии с доходом.

#### ***Упражнение 6. «Обратная связь»***

**Цель:** рефлексия

**Время:** 10 минут.

**Инструментарий:** не требуется

#### **Инструкция:**

Ведущий предлагает участникам поделиться впечатлениями от занятия, начиная фразу со слов «Сегодня я...». Подростки по кругу высказываются, ведущий завершает круг, подводит итог.

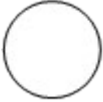
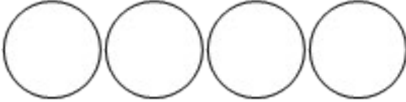
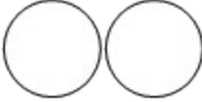
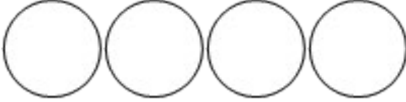
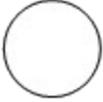
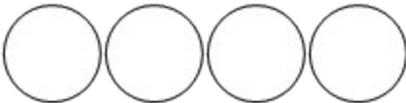
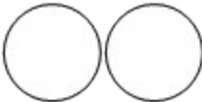
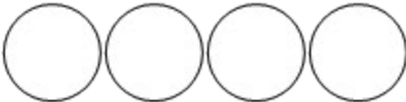
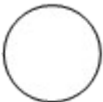
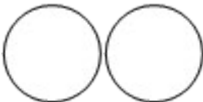
## Приложение 1

### Игра «Рассыпавшийся блокнот».

| Доходы                     | Расходы            |
|----------------------------|--------------------|
| Заработная плата родителей | Оплата за квартиру |
| Стипендия старшего брата   | Покупка продуктов  |
| Пенсия бабушки             | Оплата за обучение |
| Выигрыш в лотерею          | Покупка игрушек    |
| Наследство                 | Покупка сладостей  |

## Приложение 2.

Как бы вы потратили доход за месяц? (Всего можно закрасить 10 фишек)

|  |  |
|--|--|
| <b>НАЛОГИ</b><br>                | <b>КИНО, КАФЕ</b><br>                       |
| <b>ПЛАТА ЗА КВАРТИРУ</b><br>    | <b>ФИТНЕС/СПОРТЗАЛ</b><br>                 |
| <b>ЧИПСЫ, КОЛА, ФАСТФУД</b><br> | <b>ПУТЕВКА В САНАТОРИЙ ДЛЯ БАБУШКИ</b><br> |
| <b>ХЛЕБ, МОЛОКО, МЯСО</b><br>   | <b>ОТДЫХ НА МОРЕ</b><br>                   |
| <b>ТРАНСПОРТ</b><br>            | <b>ОДЕЖДА, ОБУВЬ</b><br>                   |

### Занятие 3.3. Банковская система – как это работает?

**Цель:** ознакомление с основами работы банков.

**Задачи:**

1. Сформировать представление о взаимодействии гражданина и банка;
2. Обозначить «плюсы» и «минусы» пользования банковской картой;
3. Определить нюансы системы кредитования

**Продолжительность:** 1 час 30 минут.

**Инструментарий:** бейджи, листы А4, бланки с тестом, ручки, проектор, ноутбук, мяч.

**Ход занятия**

**Упражнение 1. «Летающие имена»**

**Цель:** знакомство

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** мяч

**Инструкция:**

Участники сидят в кругу. У одного из них в руках мяч. Он бросает кому-то из группы этот мяч, называя при этом свое имя. Этот раунд игры продолжается до тех пор, пока каждый не представится по крайней мере по одному разу.

Далее участники должны называть имена тех, кому перебрасывают мяч: «Внимание, Жанна!». Получивший мяч должен поблагодарить кидавшего: «Спасибо, Зина!». Здесь тоже каждый должен поучаствовать минимум один раз.

По итогу упражнения участникам предлагается прикрепить бейджи с именами себе на одежду.

**Упражнение 2. «Рассказ по кругу»**

**Цель:** разминка, активизация когнитивных процессов

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Участники должны составить общий рассказ на тему «Почему важны деньги». Каждый из присутствующих по кругу говорит одно предложение, следующий продолжает, дополняет, так, что все это выглядело как общий рассказ.

**Упражнение 3. Информационный блок с применением техники «мозговой штурм»**

**Цель:** знакомство с основными понятиями банковской сферы

**Время:** 35 минут

**Инструментарий:** ноутбук, проектор, ручки, листы А4

**Инструкция:**

Как мы выяснили, деньги важны и нужны для множества целей. На предыдущем занятии мы с вами обсуждали, как важно правильно распоряжаться деньгами. И в том случае, когда у нас есть свободные деньги, и в том случае, когда денег не хватает, человек может обратиться в банк.

**Банк** — финансово-кредитная организация, которая проводит различные операции с

деньгами, ценными бумагами и драгоценными металлами, а также оказывает финансовые услуги клиентам. Работу банков, законность их функционирования контролирует и оценивает **Центральный Банк РФ**. Для того чтобы банк начал функционировать, он должен получить лицензию в ЦБ РФ, если банк не работает должным образом, нарушает свои обязательства перед гражданами, нарушает законы, он лишается лицензии.

Сейчас, как вы знаете, очень много людей предпочитают использовать для расчета банковские карты. Есть два основных вида карт:

**Дебетовые карты** - это карты, которые позволяют распоряжаться собственными средствами. На счету находятся деньги, которые положил сам владелец, его работодатель или любое другое лицо. Воспользоваться можно лишь той суммой, которая присутствует на счету. Оформление этой карты самое простое, нужно лишь обратиться в банк и предоставить паспорт. Именно дебетовые карты обычно оформляются для получения заработной платы, пенсии или других выплат.

**Кредитная карта** – карта, где на счету владельца лежат лишь деньги банка, которые можно использовать для собственных нужд, а потом погасить заем. Сумма на кредитной карте может быть разной, это зависит от платежеспособности владельца. Снять можно все предоставленные деньги или их часть. При этом вернуть их потом необходимо с процентами. В некоторых банках существует процент не только за использование, но и за снятие наличности. Для оформления кредитной карты требуется минимум 2 документа, а часто еще и справка о доходах. От пакета документов будет зависеть сумма возможного займа. Важно помнить, что у многих кредитных карт есть льготный период, в течение которого можно погасить использованную сумму без процентов, но если в это время вы не успеете, со временем сумма оплаты будет ежемесячно увеличиваться.

Тем не менее, многие люди скептически относятся к использованию банковских карт. И сейчас я предлагаю вам обсудить следующую ситуацию:

*На 16-летие родители подарили Вере пластиковую банковскую карту, на счету которой было 3000 рублей, которые она могла потратить на свое усмотрение. Однако Вера подарку оказалась не рада, сказав по секрету подруге, что карта бесполезна, так как могут ее пополнять все равно лишь родители, ведь сама она не зарабатывает, да еще и все операции по этой карте им будут известны.*

*А вы обрадовались бы такому подарку? Согласны с Верой? Только ли отрицательные моменты несет в себе владение картой?*

Предлагается разделиться на 2 команды – те, кто считает, что банковские карты иметь хорошо, и те, кто считает, что они не нужны. Каждая группа готовит свой список «плюсов» и «минусов».

#### **Возможные «плюсы»:**

- Надежность (если потеряна карта, не потеряны деньги)
- Удобство в ношении
- Оплата онлайн покупок
- Скидки магазинов-партнеров, начисление бонусов
- Наличие приложений «Мобильный банк», что облегчает различные переводы и оплату услуг, а также предоставляет полную информацию об операциях по карте
- Возможность расплачиваться за покупки в кредит, если это кредитная карта, используя льготный период 50-60 дней

### **Возможные «минусы»:**

- Частые случаи мошенничества
- Если это кредитная карта, то предусматривается достаточно высокий процент ставок по такому кредиту
- Кредитная карта обслуживается за определенную плату, на снятие наличных предусмотрена комиссия
- Пользуясь банковской картой, легче расставаться с деньгами, так как их не ощущаешь, поэтому сэкономить трудно.

### **Упражнение 4. «Подчинение инструкциям»**

**Цель:** разминка, самооценка способности следования инструкциям, концентрация внимания

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** бланки с тестом (прил. 3)

#### **Инструкция:**

Для того чтобы успешно взаимодействовать со многими официальными людьми организациями, важно быть внимательным. Сейчас вы сможете проверить себя, насколько вы внимательны и как успешно можете выполнять инструкции.

1. До того, как что-нибудь сделать, внимательно все прочитайте.
2. Напишите ваше имя в правом верхнем углу листа.
3. Обведите ваше имя.
4. В левом верхнем углу нарисуйте пять маленьких квадратов.
5. В каждом квадрате поставьте крестик.
6. Напишите свою фамилию в верхней части листа.
7. Под вашим именем в правом верхнем углу напишите номер своего телефона. Если у вас его нет, напишите номер 100.
8. Шепотом назовите номер, который вы написали.
9. Обведите этот номер.
10. Поставьте крестик в левом нижнем углу листа.
11. Обведите этот знак треугольником.
12. Своим обычным голосом сосчитайте вслух в обратном порядке от 10 до 1.
13. Заключите в прямоугольник слово «угол» в предложении № 4.
14. В верхней части листа сделайте острием карандаша или ручки три маленькие дырочки.
15. Громко крикните: «Я почти закончил (закончила)!»

Теперь, когда вы все внимательно прочитали, выполните только задания 1 и 2».

### **Упражнение 5. Информационный блок «Кредиты: возможные риски»**

**Цель:** знакомство с нюансами кредитных отношений

**Время:** 15 минут

**Инструментарий:** ноутбук, проектор

#### **Инструкция:**

Только что мы с вами убедились в том, как важно быть внимательным. Особенно важно быть внимательным при подписании документов, заключении договоров. Ведь критически важная

информация может быть обозначена что называется «между делом», а вторая сторона (продавец/банк/МФО) могут намеренно не акцентировать внимание на тех моментах, которые для вас окажутся невыгодными. Такое бывает и при заключении договора на получение кредита.

Что такое кредит? **Кредит** — сумма средств, которая передаётся банком своему клиенту во временное пользование с условием своевременного возврата и уплаты процента за их использование. Заемщик – тот, кто берет кредит.

**Ежемесячный платёж** — денежная сумма, которую заёмщик обязан уплатить в финансовую организацию для погашения части основного долга и процентов по нему.

Основными **видами кредитов** считаются:

*Потребительский кредит* — один из самых распространённых видов кредитования, направленный на удовлетворение потребительских нужд населения (например, приобретение бытовой техники, туристических путёвок, финансирование затрат на ремонт и т. п.).

*Автокредит* — разновидность кредитования, целью которой является приобретение автомобиля. Данный вид кредитования может потребовать дополнительных затрат при получении кредита (например, затраты на оформление страховки).

*Ипотечный кредит* — кредит на приобретение жилой недвижимости под её же залог. Ипотечный кредит потребует от заёмщика не только уплаты процентов по кредиту, но и других затрат, в том числе ежегодного страхования жилья и оформления документов по ипотеке.

Также важно знать, что есть такая сторона кредитных отношений как поручитель.

**Поручитель** – человек, обязующийся перед банком в случае неисполнения обязательств, возложенных по кредиту на заемщика, выполнить их за него полностью или частично. Поручителю не менее важно быть внимательным при своем согласии взять обязательства перед банком, так как:

- ✓ Банк может потребовать у поручителя расплатиться по обязательству своей квартирой или автомобилем.
- ✓ Поручитель вправе потребовать от должника выплачивать ему все понесенные убытки, вплоть до выплаты процентов, которые он выплачивал по кредиту.
- ✓ Если заемщик неспособен расплатиться с кредитом, в том числе обеспечить исполнение обязанностей по регулярному погашению текущих платежей, бремя ответственности полностью ляжет на поручителя.
- ✓ В случае если заемщик не выполнил банковские условия, то отрицательная кредитная история формируется не только у него, но и у поручителя.
- ✓ Ответственность поручителя может и не наступить, если заемщик надлежащим образом исполняет свои обязательства.

Поэтому, желая помочь своим близким и друзьям взять кредит, нужно помнить, что это желание может принести вам дополнительные заботы и проблемы, если ваш друг/близкий человек окажется не в состоянии выплачивать свои обязательства. Вдвойне внимательным и осторожным нужно быть при взаимодействии с МФО. Разумеется, есть соблазн обратиться в МФО, так как там получить деньги можно быстрее, документов для предоставления нужно меньше. Но важно помнить, что «бесплатный сыр бывает только в мышеловке» и удобные на словах условия для вас, могут оказаться абсолютно невыгодными и разорительными условиями, прописанными в договоре.



### ***Упражнение 6. «Белые медведи»***

**Цель:** снятие напряжения в группе.

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

#### **Инструкция:**

Два-три человека берутся за руки цепочкой - это «белые медведи». Остальные участники - «пингвины». Задача «белых медведей» - ловить «пингвинов». Чтобы поймать «пингвина», «белые медведи» должны замкнуть вокруг него цепочку. Разрешается одновременно ловить нескольких «пингвинов». Пойманный «пингвин» становится «медведем».

### ***Упражнение 7. «Пирамида позитивных пожеланий»***

**Цель:** создание положительной атмосферы

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

#### **Инструкция:**

Ведущий вытягивает вперед руку ладонью вниз и произносит пожелание группе. Участники поочередно кладут ладони на ладонь ведущего с пожеланиями, затем на счет "три" дружно скидывают руки вверх.

### Приложение 3. Тест

1. До того, как что-нибудь сделать, внимательно все прочитайте.
  2. Напишите ваше имя в правом верхнем углу листа.
  3. Обведите ваше имя.
  4. В левом верхнем углу нарисуйте пять маленьких квадратов.
  5. В каждом квадрате поставьте крестик.
  6. Напишите свою фамилию в верхней части листа.
  7. Под вашим именем в правом верхнем углу напишите номер своего телефона. Если у вас его нет, напишите номер 100.
  8. Шепотом назовите номер, который вы написали.
  9. Обведите этот номер.
  10. Поставьте крестик в левом нижнем углу листа.
  11. Обведите этот знак треугольником.
  12. Своим обычным голосом сосчитайте вслух в обратном порядке от 10 до 1.
  13. Заключите в прямоугольник слово «угол» в предложении № 4.
  14. В верхней части листа сделайте острием карандаша или ручки три маленькие дырочки.
  15. Громко крикните: «Я почти закончил (закончила)!»
- Теперь, когда вы все внимательно прочитали, выполните только задания 1 и 2».

### Занятие 3.4. Налоги в РФ

**Цель:** знакомство с основами налоговой системы РФ.

**Задачи:**

1. Определить основные виды налогов в РФ;
2. Познакомить с понятием «налоговый вычет»;
3. Закрепить полученные знания на практике;
4. Замотивировать на посещение следующих занятий цикла.

**Продолжительность:** 1 час 25 минут.

**Инструментарий:** бейджи, листы А4, карандаши, фломастеры, 4 плаката с надписями, флипчарт, маркеры, проектор, ноутбук.

**Ход занятия**

**Упражнение 1. «Кто тебя окружает?»**

**Цель:** знакомство, разминка

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Участники стоят в кругу. По команде тренера «один» все должны запомнить своих соседей слева и справа, спросить их имена. Затем по команде «два» участники должны поменяться местами в любом порядке и также запомнить своих соседей и как их зовут. Эта процедура повторяется несколько раз в зависимости от численности группы и внимательности участников, их включенности в работу. Когда участники запомнили 5-6 пар соседей, тренер повторяет команду «один», после чего участники должны вернуться в исходное положение.

**Упражнение 2. «Повороты»**

**Цель:** командообразование

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Все участники выстраиваются в линию и смотрят в одну сторону. По команде ведущего они должны повернуться на 90 градусов. Задача группы — не договариваясь, повернуться в одну сторону. Более сложное задание: участники могут поворачиваться на 90 и на 180 градусов.

**Упражнение 3. «Займи позицию»**

**Цель:** активизация когнитивных процессов, подготовка к основному упражнению

**Время:** 20 минут

**Инструментарий:** 4 плаката с надписями «Согласен», «Не согласен», «Скорее согласен», «Скорее не согласен», закрепленные в разных углах тренингового зала

**Инструкция:**

*Ведущий:*

Современный мир, цивилизованное общество, человеческий опыт, на сегодняшний день не знает более эффективного способа сбора государством денежных средств, чем налоги. В любом государстве налоги составляют большую часть доходов государственного

бюджета. Из этого следует идея – **налоги нужно платить всем**. Сейчас я предлагаю вам пару минут поразмыслить над этой идеей и определиться, согласны вы с ней или нет. И в итоге подойти к тому плакату, который отражает ваше мнение.

После того, как участники определились и сформировались мини-группы, ведущий предлагает участникам обсудить их позиции (во время обсуждения ведущий переходит от одной группы к другой, отслеживая все ли участники включились в обсуждение и мотивируя «молчаливых» участников высказывать свои аргументы). После того, как доводы высказаны, важно спросить, нет ли среди участников тех, кто в ходе дискуссии изменил свою точку зрения и хочет перейти из одной группы в другую. Желающие должны обосновать изменение своей позиции. Участники, меняющие группу, должны назвать наиболее убедительный довод, который был приведен противоположной стороной.

#### **Упражнение 4. Информационный блок «Налоговая система, налоги, налоговые вычеты»**

**Цель:** информирование участников об особенностях функционирования налоговой системы РФ

**Время:** 30 минут

**Инструментарий:** ноутбук, проектор

**Инструкция:**

*Ведущий:*

Итак, как же устроена налоговая система в нашей стране?

**Налог** — законодательно установленный обязательный платёж, который периодически взимается в денежной форме с юридических и физических лиц для финансирования деятельности государства.

Основным законодательным документом в сфере налогообложения является **налоговый кодекс Российской Федерации**. Он определяет основы налоговой системы в нашей стране.

Налоговые органы в России представляет **Федеральная налоговая служба России**, задачей которой является контроль за правильностью исчисления, своевременностью и полнотой налоговых платежей в бюджет государства. Налог уплачивается налогоплательщиком. Каждому налогоплательщику в России присваивается **идентификационный номер налогоплательщика (ИНН)** — уникальный код для учёта в налоговых органах сведений о каждом налогоплательщике и его обязательствах.

К **основным видам налогов**, которые платят граждане России, можно отнести:

- 1) **налог на доходы физических лиц (НДФЛ)**, который ещё называют подоходным налогом. Это федеральный налог, уплачиваемый физическими лицами при получении ими доходов, исчисляемый в процентах от суммы совокупного дохода в соответствии с законодательством;
- 2) **транспортный налог** - региональный налог, который необходимо уплатить, если в собственности имеется транспортное средство. Рассчитывается он исходя из мощности двигателя и категории транспортного средства;
- 3) **земельный налог** — местный налог, уплачиваемый собственниками земельных участков. Исчисляется он в процентах от кадастровой стоимости земельного участка, находящегося в собственности, постоянном (бессрочном) пользовании или пожизненном наследовании налогоплательщика;
- 4) **налог на имущество физических лиц** - местный налог, уплачиваемый гражданами, имеющими в собственности жилую и нежилую недвижимость.

Давайте разберем пример и соотнесем разные объекты налогообложения с видами собственности налогоплательщика.

|   |   |
|---|---|
| 1. Объект налогообложения по подоходному налогу   | А. Участки земли на территории муниципальных образований  |
| 2. Объект налогообложения по транспортному налогу | Б. Личные доходы, которые получает человек в виде денежных средств, в натуральной форме, в виде материальной выгоды   |
| 3. Объект налогообложения по земельному налогу    | В. Автомобили, мотоциклы, мотороллеры, катера, яхты, моторные лодки и другие средства водного и воздушного транспорта |

Но налоговая система – это не только ситуации, когда государство собирает со своих граждан и организаций деньги в свою пользу, есть и ситуации, когда налогоплательщик может получить определенные налоговые льготы или частичный возврат денежных средств. Грамотный налогоплательщик не только исправно выполняет свои налоговые обязательства, но и пользуется правами на снижение налогооблагаемой базы в случаях, предусмотренных налоговым законодательством.

**Налоговая льгота** - право налогоплательщика на частичное или полное освобождение от уплаты налога, предусмотренное налоговым законодательством.

Также у налогоплательщиков есть возможность воспользоваться **налоговыми вычетами**. По сути, это часть уплаченного Вами НДФЛ, который Вы имеете право вернуть. Обратите внимание, что это право, а не обязанность, т.е. для того, чтобы получить ИНВ (к примеру, на покупку квартиры, жилого дома с земельным участком), **необходима инициатива налогоплательщика**. Правом воспользоваться ИНВ могут резиденты РФ (граждане, проживающие на территории страны не менее 183 календарных дней в течение года), уплачивающие налог на доходы по ставке 13%.

Выделяют стандартные, социальные, имущественные и профессиональные налоговые вычеты. Налогоплательщик имеет право воспользоваться одновременно несколькими видами налоговых вычетов.

**Стандартные налоговые вычеты** — сумма, на которую уменьшается налоговая база по подоходному налогу, если налогоплательщик относится к определённой категории граждан (инвалид, участник боевых действий и т. п.) или имеет на иждивении детей.

**Социальные налоговые вычеты** — сумма, на которую уменьшается налоговая база по подоходному налогу, если налогоплательщик осуществлял расходы на благотворительность, образование, лечение, пенсионное обеспечение.

**Имущественные налоговые вычеты** — сумма, на которую уменьшается налоговая база по подоходному налогу, если налогоплательщик продал имущество (жильё, автомобиль), купил или осуществил строительство объекта недвижимости.

**Профессиональные налоговые вычеты** — сумма, на которую уменьшается налоговая база по подоходному налогу, если доходы были получены физическими лицами от предпринимательской деятельности, по гражданско-правовым договорам, в виде авторского вознаграждения.

Таким образом, налоговая система не только сопряжена с затратами граждан в пользу государства, но и компенсацией государством ответственному налогоплательщику части его затрат, например, в случаях крупных денежных трат или в случае нахождения гражданина в определенном социальном статусе.

### ***Упражнение 5. «Кроссворд»***

**Цель:** закрепление полученных знаний

**Время:** 15 минут

**Инструментарий:** флипчарт, маркер

**Инструкция:**

*Ведущий:*

Я думаю, сейчас вы узнали много новой информации, новых терминов, но наверняка у вас были и свои ассоциации, связанные с темой налогов. Сейчас Я предлагаю каждому из вас по кругу поучаствовать в составлении кроссворда на тему налогов. Каждый из вас должен назвать слово, связанное с налогообложением, которое будет внесено в сетку кроссворда. И начинаем со слова «налог».

Ведущий фиксирует в центре флипчарта слово «налог» и поочередно вносит новые слова от участников, составляя сетку кроссворда (вариант – предложить каждому выходить к флипчарту и записывать свой вариант слов для кроссворда самостоятельно).

### ***Упражнение 6. «Ладони»***

**Цель:** закрепление положительной атмосферы, рефлексия

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** листы А4, карандаши, фломастеры

**Инструкция:**

Каждый участник на листе А4 обводит фломастером свою ладонь и пишет имя, затем передает соседу справа и далее по кругу, каждый пишет на полученной ладошке одно качество (положительное), которое он увидел в человеке, листок которого пришел к нему.

### **Занятие 3.5. Как защитить себя от мошенников**

**Цель:** знакомство с видами мошенничества и способами защитить себя от них

**Задачи:**

1. Разобрать основные виды мошенничества;
2. Способствовать самоанализу подростку в оценке своих знаний о видах мошенничества и возможных действиях
3. Закрепить полученные знания на практике;
4. Замотивировать на посещение следующих занятий программы.

**Продолжительность:** 1 час 45 минут.

**Инструментарий:** бейджи, листы А4, ручки, бланки с кейсами, проектор, ноутбук, анкеты.

**Ход занятия**

**Упражнение 1. «Меня зовут... Я люблю себя за то, что...»**

**Цель:** знакомство, создание положительной атмосферы в группе

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Участники стоят по кругу. Каждый поочередно говорит две фразы: «Меня зовут...» и «Я люблю себя за то, что...» Не отвлекайтесь на споры и обсуждение ваших желаний. Просто высказывайте их поочередно, беспристрастно и быстро.

**Упражнение 2. «Ведущий и обезьяны»**

**Цель:** командообразование, концентрация внимания

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** не требуется

**Инструкция:**

Каждый член группы по очереди становится ведущим. Его задача — демонстрировать движения, которые остальные члены группы должны за ним повторить.

Репертуар движений может быть широким: от несложных повторений (топать ногами, хлопать в ладоши, кивать или покачивать головой) до пантомимы (срывать яблоки, посылать воздушные поцелуи и т.д.). Смена ведущего происходит примерно каждые полминуты.

**Упражнение 3. Введение в тему с использованием кейс-технологии**

**Цель:** активизация когнитивных процессов, актуализация имеющихся знаний

**Время:** 15 минут

**Инструментарий:** листы А4, ручки, ноутбук, проектор

**Инструкция:**

*Ведущий:*

В современном мире каждый из нас прямо или косвенно сталкивается с финансовыми операциями. Они имеют широкий спектр: от покупки продуктов на рынке до операций на фондовой бирже. В этой сфере активно действуют мошенники, которые хотят получить лёгкую выгоду, используя наши с вами человеческие слабости, пробелы в знаниях. Поэтому

так важно выработать личную стратегию грамотного поведения в ситуациях растущих финансовых рисков и мошенничества, чтобы успешно противостоять мошенникам и отстаивать свои интересы.

На этом занятии мы с вами попробуем сделать первые шаги в этом направлении, и для начала предлагаю вам оценить свой уровень знаний о мошенничестве с банковскими картами и способах противостоять им. Сейчас вы получите листы бумаги и ручки, и когда мы будем обсуждать практический случай, вы будете отмечать те варианты, которые вам кажутся верными, а потом проверите сами себя.

*Кейс (дублируется на слайдах):*

Вводная часть: вы гражданин Российской Федерации Максим Сергеевич, работаете бухгалтером в не крупной фирме и сегодня день вашей зарплаты. Вы встали рано утром, ничего не предвещало беспокойства в сегодняшний день. Умылись, позавтракали, до начала работы оставалось полтора часа. И тут на ваш сотовый телефон пришла СМС о том, что ваша карточка заблокирована. В смс также был указан номер для связи с оператором вашего банка. Каковы ваши действия?

- А) набрать присланный вам номер.
- Б) дойти до отделения банка.
- В) проигнорировать СМС

*Время для ответов участников*

Максим Сергеевич был финансово грамотен и знал, что перезванивать по присланным номерам нельзя, т.к. ему наверняка ответит мошенник, но и проигнорировать подобное смс он не смог. Как же, ведь сегодня должна прийти зарплата! Он выбрал поход в банк.

Выйдя из подъезда, Максим Сергеевич усомнился, стоит ли идти так далеко до отделения банка, если рядом с ближайшим магазином находится банкомат его банка. Он решил проверить карточку в банкомате – заблокирована она или нет, тем более баланс на карточке был не нулевым.

Подойдя к банкомату, Максим Сергеевич заметил на месте вставки карточки в банкомат новое округлое устройство с проемом под карту. Такого раньше не было.

Как поступить Максиму Сергеевичу?

- А) Вставить карту без страха, ведь это может просто новая модификация банкомата.
- Б) Подергать новое устройство, если оно часть банкомата, то будет прикреплено к нему крепко.
- В) Сразу пойти в отделение банка.

*Время для ответов участников*

Максим Сергеевич, хоть и не отслеживает все модификации банковского оборудования, решил проверить новое устройство. Пару раз дернул за него, и оно вдруг оказалось у него в руках, причем на банкомате остался двухсторонний скотч. Стало ясно, что это устройство мошенников.

Максим Сергеевич набрал телефон, написанный на банкомате номер, и сообщил об устройстве оператору. После чего отправился в отделение банка, оставив устройство лежать у банкомата.

Дойдя до отделения банка, Максим Сергеевич обратился к оператору насчет смс. Оператор попросил продиктовать ему данные с карточки и код.

Что делать Максиму Сергеевичу?



- А) Это же официальное отделение банка – можно давать все данные.
- Б) Позвать администратора банка и сообщить ему о требованиях оператора.
- В) Воспользоваться банкоматом, находящимся на территории банка.

*Время для ответов участников*

Максим Сергеевич зовет администратора, вспоминая, что свои личные данные нельзя давать даже банковским служащим. И тут на телефон снова пришло смс сообщение о зачислении денег. Максим Сергеевич воспользовался банкоматом, который стоял в банке, и спокойно снял часть денег. Карта оказалась не заблокирована.

Придя на работу, Максим Сергеевич услышал от сослуживцев о том, что у новой коллеги скоро день рождения и захотел сделать ей небольшой, но полезный подарок. Подарок нашелся в одном из интернет-магазинов. Для оплаты подарка через интернет было необходимо ввести данные своей карты. Как поступить?

- А) Поставить на соединение антивирусную программу с защитой данных и ввести данные с карты.
- Б) Выбрать оплату наличными при доставке товара курьером
- В) Выбрать доставку почтой наложенным платежом.

*Время для ответов участников*

Максим Сергеевич знал, что все варианты легальны, но у каждого своя дополнительная стоимость и поэтому просто выбрал наиболее удобный ему.

Итак, сейчас посмотрите на свои ответы и оцените, насколько хорошо вы осведомлены о мошенничестве с банковскими картами.

#### ***Упражнение 4. Мини-лекция о видах мошенничествах и способах минимизировать риск стать жертвой мошенничества***

**Цель:** повышение финансовой грамотности участников в сфере защиты своих средств

**Время:** 30 минут

**Инструментарий:** проектор, ноутбук

**Инструкция:**

*Ведущий:*

Поскольку сейчас мы с вами обсуждали мошенничество с банковскими картами, определимся, как же снизить риск стать жертвой мошенников в этой сфере.

**а) offline: банкоматы и терминалы, оплата в магазинах или ресторанах**

- пользоваться только банкоматами, установленными в безопасных местах
- внимательно осматривать банкомат, перед его использованием
- закрывать клавиатуру при вводе пин-кода
- оформить услугу SMS-оповещения о проведенных операциях по карте
- не давать согласие на получение карты по почте и ее активации по телефону
- не хранить пин-код вместе с картой
- не сообщать по мобильным или стационарным телефонам реквизиты карты и ее пин-код
- определить лимит суточного снятия наличных по карте
- заблокировать карту немедленно в случае утери/хищения

**б) online: интернет-мошенничества**

- установить программы защиты и обеспечения безопасности компьютера в Интернете

- проводить финансовые операции только с защищенных веб-сайтов
- не сообщать пароль доступа к своему счету через интернет
- использовать надежные пароли
- по окончании работы выходить из учетной записи
- не отвечать на электронные сообщения с запросом на изменение параметров защиты
- использовать разные инструменты для разных видов расчетов

Также, поскольку значительная активности человека сейчас происходит в Интернете, распространено **Интернет-мошенничество**. Какие могут быть его виды?

### **1.«Волшебные» кошельки.**

Получая СПАМ по e-mail, в мессенджерах, соцсетях или каким-то иным способом, человек узнаёт о существовании некоего «Супер кошелька», на который нужно отправить сумму денег, а он вернёт обратно сумму намного больше, обычно в 2 раза. Здесь при отправлении суммы есть 2 возможных развития событий: либо деньги уходят безвозвратно, и никто ничего Вам не возвращает, либо подкидывается приманка в виде первой увеличенной суммы.

### **2.Фишинг**

Мошенники отправляют Вам на адрес электронной почты письмо о том, что Ваш счёт или аккаунт заморожен или заблокирован в связи с неполадками на сервере, переездом в другой офис компании, переноса сервера и т.д. Всё содержание письма сводится к тому, что Вам нужно ввести свой пароль в форму, отправить его в ответном письме или же перейти на сайт точь-в-точь похожий на настоящий и «активировать свой аккаунт».

### **3.Удалённая работа**

Ещё один вид онлайн мошенничества, который, однако, не следует путать с официальным удалённым трудоустройством. Человек попадает на сайт, где предлагается высокооплачиваемая работа на дому, например набор текста. Информации на сайте предостаточно, вплоть до контактных данных работодателя. Гарантируют финансовую независимость, свободный график и полный социальный пакет! Но для начала Вам предлагают отправить деньги, которые Вам тут же вернут, как только Вы заступите на службу.

### **4.«Выигрыш» в конкурсе, лотерее**

Также распространён вид мошенничества, когда Вас объявляют победителем в какой-то лотерее или конкурсе (хотя Вы нигде не участвовали). Когда Вы открываете файл, прикрепленный к письму, Вы тут же получаете на свой компьютер или телефон вирус, либо Вам предлагают перевести небольшую сумму денег на указанный злоумышленниками счёт, после чего Вы получите свой приз. Опасность в данном виде мошенничества в том, что аферисты могут представляться крупной реально существующей фирмой или компанией.

В случае если Вы стали жертвой мошенничества, важно обратиться в полицию, написать заявление. В уголовном кодексе есть такие статьи, направленные на борьбу с финансовым мошенничеством:

Статья 159.1 УК РФ Мошенничество в сфере кредитования

Статья 159.2 УК РФ Мошенничество при получении выплат

Статья 159.3 УК РФ Мошенничество с использованием платежных карт

Статья 159.5 УК РФ Мошенничество в сфере страхования

Статья 159.6 УК РФ Мошенничество в сфере компьютерной информации

Если говорить о кибермошенничестве, то здесь речь идет о статье 272 УК РФ. Неправомерный доступ к компьютерной информации

### ***Упражнение 5. Отработка полученных знаний с применением кейс-технологии***

**Цель:** практическое применение полученных знаний

**Время:** 20 минут

**Инструментарий:** бланки с кейсами (прил. 4), листы А4, ручки.

**Инструкция:**

Участникам предлагается разделить на пары, каждая пара получает свою ситуацию для отработки. 5 минут на обсуждение, затем зачитывание своих вариантов по кругу.

**Задание:** рассмотрите предложенные ниже факты мошенничества и предложите алгоритм действий для предотвращения подобных ситуаций

- Игорю на электронную почту пришло письмо с поздравлениями о том, что он победитель в лотерее/конкурсе (хотя он нигде не участвовал). Для того чтобы забрать свой «выигрыш» ему всего-то нужно либо открыть файл, прикрепленный к письму, либо перевести небольшую сумму денег на любезно указанный счёт, а потом Игорю тут же отдадут честно выигранные \$100 000 (или какой-нибудь другой приз).
- В одном из магазинов Вам попался злоумышленник – недобросовестный продавец-мошенник. Принимая для расчета вашу банковскую карту, он незаметно сфотографировал нужные данные (номер карты, срок действия, имя владельца и код на обратной стороне), а после расплатился ей в интернете.
- Вам в кафе официант принес POS-терминал, вы расплатились, но официант вам пояснил, что оплата не прошла, и просит повторно ввести ПИН-код. Сделав это, вы заплатили дважды за свой обед.
- У Евгении есть банковская карта с системой бесконтактной оплаты, ей можно расплачиваться мгновенно, в одно касание, если платеж не превышает определенный лимит. ПИН-код при этом вводить не нужно. В одно недоброе утро в транспорте злоумышленники похитили деньги с ее карты, прислонив считыватель/POS-терминал к сумке.
- Ивану с незнакомого номера пришло смс-сообщение о том, что его карту заблокировали. В сообщении был указан номер, по которому нужно было позвонить для уточнения деталей. Иван испугался, так как на карте были все его накопленные деньги и он, не раздумывая, решил позвонить. По телефону Ивана попросили сообщить данные карты или подойти к ближайшему банкомату и произвести операции. Иван согласился передать данные карты и все его накопленные деньги были украдены.

### ***Упражнение 6. Анкета по итогам цикла «Моя финансовая грамотность»***

**Цель:** определение уровня усвоения пройденного материала

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** бланки анкет (прил. 5)

**Инструкция:**

Участникам предлагается анкета для проверки того, насколько хорошо они поняли и запомнили информацию, посвященную финансовой грамотности

### ***Упражнение 7. «Рецепт хорошего дня»***

**Цель:** снятие напряжения

**Время:** 10 минут

**Инструментарий:** листы А4, ручки

#### **Инструкция:**

Ведущий после напряженного обсуждения предлагает расслабиться и подумать о хороших и важных эпизодах в жизни участников. Подумать о том, что же должно произойти в течение дня, чтобы вечером можно было сказать, что день удался.

Участники разбиваются на подгруппы по 3—4 человека. Задача участников — составить рецепт хорошего дня. Рецепт должен быть итогом коллективного творчества и устраивать всех членов подгруппы.

На подготовку рецепта подгруппам дается 10 минут; после того как все рецепты будут сформулированы, они зачитываются всем участникам.

В ходе обсуждения игры тренер может сделать акцент на том, что какие-то «ингредиенты» повторялись у всех или у большинства групп.

### ***Упражнение 7. «Парусник плывет по реке»***

**Цель:** расслабление, закрепление положительной атмосферы по итогам занятия

**Время:** 5 минут

**Инструментарий:** не требуется

#### **Инструкция:**

Участники плотно встают в две шеренги на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Один участник группы – парусник. Он медленно «проплывает» между «берегами». Берега мягкими прикосновениями помогают «паруснику», говорят ласковые слова, называют по имени. Упражнение можно проводить и с открытыми и с закрытыми глазами.

#### Приложение 4. Кейсы для упражнения 5

Игорю на электронную почту пришло письмо с поздравлениями о том, что он победитель в лотерее/конкурсе (хотя он нигде не участвовал). Для того чтобы забрать свой «выигрыш» ему всего-то нужно либо открыть файл, прикрепленный к письму, либо перевести небольшую сумму денег на любезно указанный счёт, а потом Игорю тут же отдадут честно выигранные \$100 000 (или какой-нибудь другой приз).

В одном из магазинов Вам попался злоумышленник – недобросовестный продавец-мошенник. Принимая для расчета вашу банковскую карту, он незаметно сфотографировал нужные данные (номер карты, срок действия, имя владельца и код на обратной стороне), а после расплатился ей в интернете.

Вам в кафе официант принес POS-терминал, вы расплатились, но официант вам пояснил, что оплата не прошла, и просит повторно ввести ПИН-код. Сделав это, вы заплатили дважды за свой обед.

У Евгении есть банковская карта с системой бесконтактной оплаты, ей можно расплачиваться мгновенно, в одно касание, если платеж не превышает определенный лимит. ПИН-код при этом вводить не нужно. В одно недоброе утро в транспорте злоумышленники похитили деньги с ее карты, прислонив считыватель/POS-терминал к сумке.

Ивану с незнакомого номера пришло смс-сообщение о том, что его карту заблокировали. В сообщении был указан номер, по которому нужно было позвонить для уточнения деталей. Иван испугался, так как на карте были все его накопленные деньги и он, не раздумывая, решил позвонить. По телефону Ивана попросили сообщить данные карты или подойти к ближайшему банкомату и произвести операции. Иван согласился передать данные карты и все его накопленные деньги были украдены.

## Приложение 5.

### Анкета по итогам цикла «Моя финансовая грамотность»

1. Какие права на снижение налогооблагаемой базы есть у добросовестного налогоплательщика?

- а) право на налоговые льготы и налоговые вычеты
- б) право на отсрочку уплаты налога
- в) право на налоговые льготы
- г) право на снижение процента налога

2. Куда должен обратиться гражданин, в случае если ему пришла некорректная квитанция об уплате налога?

- а) в Федеральную налоговую службу
- б) в суд
- в) в прокуратуру
- г) в полицию

3. Что относится к основным расходам семьи? (выберите все верные ответы)

- а) питание
- б) проезд
- в) поход в кинотеатр
- г) поездка в отпуск
- д) оплата Интернета

4. Что такое сбалансированный семейный бюджет?

- а) доходы превышают расходы
- б) расходы превышают доходы
- в) доходы равны расходам
- г) у каждого члена семьи свой независимый бюджет

5. Как можно защитить себя от мошенничества с банковскими картами? (выберите все верные варианты ответов)

- а) не пользоваться банковскими картами
- б) не сообщать никому свой пин-код
- в) пользоваться любыми банкоматами
- г) предоставлять звонящим сотрудникам банка запрашиваемую ими информацию
- д) подключить смс-оповещение при проведении операций по карте

6. Какой кодекс предусматривает ответственность за мошенничество?

- а) административный
- б) уголовный
- в) трудовой
- г) конституция

7. Кто осуществляет контроль за деятельностью банков в России?

- а) Правительство РФ
- б) Президент РФ
- в) Министерство экономического развития РФ
- г) Центральный Банк РФ

8. Какова ответственность поручителя?

- а) выплачивать кредит вместо заемщика, если он не может оплачивать его самостоятельно
- б) информировать банк о действиях заемщика
- в) предоставлять документы о своих доходах банку
- г) информировать банк о смене места жительства

9. Что такое «актив» в сфере финансов?

- а) то, что приносит прибыль
- б) свободные средства, которые остаются после расходов
- в) лицо, которое предпринимает действия для зарабатывания финансов
- г) деньги, заработанные компанией

10. Как можно вести учет средств? (выберите все верные варианты)

- а) отслеживать баланс на карте
- б) вести письменный или электронный учет расходов и доходов
- в) предоставить другому члену семьи заниматься семейным бюджетом
- г) рассматривать возможность в случае необходимости взять деньги в долг