

Р.В. Чиркина

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



*В статье отражен опыт работы команды специалистов Саратовской региональной общественной организации «Социум», полученный в рамках реализации ресурсных проектов на базе Вольской и Энгельсской воспитательных колоний Саратовской области в 2003—2005 гг.*

*Организация «Социум» образована в 1998 г. на базе Центра службы практической психологии образования и объединяет социологов, психологов, медиков, юристов и педагогов города Энгельса. Специалистами СарРОО «Социум» проводились масштабные социологические исследования по изучению особенностей делинквентных и девиантных подростков (потребителей наркотиков, детей группы социального риска, склонных к правонарушениям, стоящих на учете в ОППН и т. п.). Специалисты СарРОО «Социум» широко используют различные средства массовой информации для популяризации идей гуманизма, способствующих формированию гражданского сознания общества.*

*Автор и руководитель проектов — Чиркина Римма Вячеславовна. Авторская группа тренингового блока: Чиркина Р.В., Штейнберг Э.И., Вдовина Н.А., Ислентьева О.В., Кудашова С.В.*

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

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

### ВВЕДЕНИЕ

Причины отклоняющегося поведения подростков тесно связаны с деформацией глубинных психологических структур их личности или ограничением необходимых для решения проблемы ресурсов, как внешних (когда сложившаяся ситуация не содержит в себе необходимых средств для решения возникшей проблемы), так и внутренних (когда подросток не знает, что преследуемая цель может быть достигнута социально приемлемым путем).

Особенно ярко подобные деформации проявляются у делинквентных подростков, попавших в систему уголовного правосудия. Эта категория несовершеннолетних представляет собой наиболее проблемную группу криминогенного риска, особенно это касается подростков, которые получили опыт пребывания в местах принудительного содержания: воспитательных колониях, спецшколах и специальных ПТУ, центрах временного содержания, СИЗО и пересыльных тюрьмах.

Те личностные деформации, с которыми подросток попадает в места лишения свободы, не только не корректируются, но часто закрепляются и даже усиливаются. А набор средств для решения проблем еще более редуцируется. Поэтому, выходя на свободу, даже в совершеннолетнем возрасте бывшие воспитанники воспитательных колоний (ВК) не могут совладать с делин-



квентной инерцией. По статистике, в первый год после освобождения совершают повторные преступления от 30 до 60% человек.

Работу по подготовке воспитанников ВК к выходу на свободу надо начинать с первого дня пребывания подростка в колонии. Задачей воспитателей, психологов и социальных работников должна быть профилактика таких наиболее негативных последствий лишения свободы, как разрушение социальных связей и формирование личностных и поведенческих деформаций по типу «зека».

Но, конечно, основное внимание подготовке к освобождению традиционно уделяется в последнее полугодие пребывания подростка в ВК. К этому времени воспитанники прочно отвыкают от свободной жизни, пропитываются духом неволи и ее ценностями и интересами, приобретают цинизм и привычку к внешней регламентации своего поведения под «дамкловым мечом» незамедлительных санкций, отчуждаются от семейных и дружеских связей.

Многие воспитанники отмечают, что утратили живость характера и остроту ума, интерес к происходящему вне стен колонии и внутри, оптимизм и уверенность в себе. Конечно, есть и позитивные эффекты от пребывания в ВК. Ребята из неблагополучных семей получают среднее образование и рабочие специальности в ПТУ, навыки дисциплины, ремесел и творчества (там, где хорошо поставлена воспитательная и культурно-образовательная работа). Подростки с хорошими интеллектуальными и лидерскими способностями приобретают опыт статусного возвышения и самовыражения. Но негативные последствия, тем не менее, заметно проявляются на свободе, вызывая стойкую дезадаптацию бывших воспитанников во всех жизненных сферах.

Подготовить ребят к испытанию свободой одним только тренингом невозможно, сколь бы он ни был комплексным и длительным. В воспитательной колонии на социально-психологическую реабилитацию освобождающихся должно работать все: отношения с персоналом и специалистами (в том числе внешними) и отношения в отрядах, содержание и форма школьного и профессионального обучения и организация культурно-образовательной среды, возможности контактов с внешним миром (общение в ВК и за ее пределами с носителями различных моделей социально приемлемых ценностей и норм), помощь в поддержании связей со значимыми для подростка людьми и многое другое.

Та модель социально-психологического тренинга, которую мы реализовали на базе Энгельсской ВК, была прочно привязана к событиям, организованным в колонии в рамках нашего проекта. Так, например, тема ролевого самоопределения мужчины звучала в программе Клуба настоящих мужчин, куда приглашались люди с интересной судьбой. В дискуссиях по фильмам «Звезда», «Штрафбат», «Папа», «Заплати другому» и др. в рамках Воскресного киноклуба, в тематическом анкетировании и, наконец, в специально посвященном этому тренинговому блоке.

В целом, вся эта работа направлена на формирование и повышение рефлексивного компонента

личности воспитанников ВК, который, как известно, во многом определяет социальную нормативность и осознанность поведения, что, в свою очередь, напрямую влияет на снижение преимущественной для подростков спонтанной преступности, в том числе и повторной.

Наш тренинг-марафон проводился не только непосредственными участниками проекта: психологами и социальными работниками. В качестве ассистентов тренеров к работе подключались студенты-волонтеры саратовских вузов. Первые три блока были апробированы на базе Вольской ВК и спецшколы г. Маркса Саратовской области. Они вошли как базовый компонент в программу тренингов для Энгельсской ВК. В этом девятичасовом блоке отражены наиболее актуальные, на наш взгляд, проблемы, которые должны быть проработаны накануне освобождения у всех без исключения воспитанников. По результатам послепрограммного мониторинга (проект «Социум-Ресурс») и анализа рефлексивной продукции, динамика поведенческих установок у всех участников тренинга была весьма устойчивой.

Мы предлагаем читателям подробный выверенный сценарий этого блока с соответствующими комментариями. Остальные блоки представлены концептивно либо тезисно, так как они проводились не только нами, но и студентами, специалистами колонии в нескольких группах, и не только в группах освобождающихся. Кроме того, многие специалисты не любят или не умеют работать по жестко заданному сценарию, да и групповая динамика вносит свои коррективы. Поэтому многие темы для наших тренеров мы задавали векторно, с минимальными подробностями.

Критерием эффективности данной работы, отследить который для нас было наиболее реально, мы выбрали динамику личностных параметров в форме вербальной и невербальной рефлексии. Отслеживались следующие параметры:

- интересы
- осведомленность
- социальные ожидания
- образы идентичности
- цели и ценности
- самооценка.

#### ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕНИНГОВ

Тренинг представляет собой 18 трехчасовых тематических блоков. Он может использоваться как целостная программа — для подготовки к выходу на свободу, так и отдельными блоками — при работе с другими категориями воспитанников.

**1—4 блоки** составляет программа «Социум-Ресурс». Их цель — сформировать (активизировать) установки и ресурсы личности для жизни на свободе без правонарушений у освобождающихся воспитанников. Задачи этой части программы:

1. анализ ценностных ориентаций воспитанников с акцентом на жизнь без правонарушений;



2. работа с надеждами и опасениями колонистов, которые они связывают с жизнью на свободе;
3. обсуждение проявлений агрессивного поведения и осознание их последствий; проработка способов совладания с гневом;
4. актуализация надежд воспитанников на будущее; активизация внутренних и внешних ресурсов;
5. проработка значимости позитивной установки на успех и ценности времени.

**5—6 блоки** — алгоритмизация решения жизненных проблем на свободе по авторской модели мотивационного тренинга «Ресурсная памятка». Цель — знакомство с элементарными навыками построения конструктивного плана действий на примере первых 2-х месяцев после освобождения из мест лишения свободы.

**7—8 блоки** — «Социальные навыки». Рассматривается профессия как фактор социальной защиты, навыки трудоустройства: поиски вакансий на рынке труда, самопрезентация, имидж, рассматриваются качества, повышающие конкурентоспособность на рынке труда и рабочем месте.

**9 блок** — «Экономический ликбез». Как заработать и потратить деньги, сформировать бюджет. Цена жизни.

**10 блок** — ролевой тренинг мужского поведения. Роль отца как ключевой фактор идентификации (по фильмам «Папа», «Вор», «Возвращение», «Заплати вперед», интервью с С. Безруковым из серии «Уроки нравственности»).

**11 блок** — проблемы добра и зла, преступление и наказание. Ролевой репертуар ближнего социума: дружба, семья, любовь, соседство.

**12 блок** — гражданское самоопределение. Правовой тренинг (выборы, жилье, пособия и льготы, ответственность, права, договор и пр.).

**13—14 блоки** — тренинг профилактики и коррекции аддиктивного поведения по программе «Социум — Наркориск».

**15—16 блоки** — тренинг позитивного мироощущения, саморегуляции, преодоления агрессивных и депрессивных тенденций, профилактика суицидальных намерений и восстановление приоритетной ценности человеческой жизни.

**17 блок** — ценностно-установочный тренинг. Цели, ресурсы, риски, алгоритм выбора. Спонтанное поведение. Рефлексия, прогноз. Мотивация самоограничения. Метафоры на тему: труд, упорство, цели, миссия. Стратегии совладания, преодоления и отказа от деструктивных способов поведения.

**18 блок** — заключительный рефлексивный тренинг. Чему научились? Что было важно? Торжественное подписание соглашения с «Социумом», вручение «Анкет обратной связи» и «Ресурсных карт» с планом действий и адресами помощи.

*Общая цель тренинга:* актуализировать (активизировать) социально-психологические, личностные ресурсы, необходимые для успешной социальной адаптации освобождающихся из воспитательной колонии.

*Организация.* Тренинг рассчитан на группу из 10—12 человек, готовящихся к освобождению из

мест лишения свободы в ближайшее полугодие. Продолжительность каждого блока — 3 часа.

Организация пространства: участники сидят в кругу. За их спиной стоят столы, на которых лежит все необходимое для работы.

Первые четыре блока целесообразно провести в течение двух или трех дней подряд. Это создает нужный настрой на работу, погружает участников в атмосферу доверительного и вдумчивого общения, формирует мотивацию к рефлексивным усилиям.

Как правило, начинается тренинг на каникулах, последующие блоки проходят по воскресеньям.

## День 1

### I блок тренинга

*Цель:* знакомство с участниками. Обсуждение целей и задач работы в тренинге. Установление рапорта (контакта). Подведение участников группы к тому, что является для них жизненными ценностями.

*Ход тренинга*

**I. Представление ведущего.** Обозначение целей работы как социально-психологическая помощь освобождающимся для успешной адаптации на свободе.

**II. Упражнение:** участникам предлагается назвать свое имя и качество характера на первую букву имени (подписываем бейджи).

*Материалы:* фломастеры, бейджи, можно использовать маленький мяч, передавая его как эстафету.

**III.** Ведущий предлагает **правила работы в тренинге**, предварительно выяснив, есть ли у участников группы опыт работы в тренинговом режиме (если есть, то где это было и когда).

*Правила тренинга* обсуждаются и записываются (могут быть написаны заранее на ватмане или на доске).

1. Доброжелательность (*в подобных группах является наиболее важным, в процессе работы ведущему приходилось периодически о нем напоминать*).
2. Правило поднятой руки (*говорит кто-то один, по желанию*).
3. Выслушай другого.
4. Ведущий имеет право сказать «стоп».
5. Мера искренности каждый определяет сам.
6. Нет зрителей, все участники.

Поскольку для большинства работа в тренинге является незнакомой, можно пояснить, что на начальном этапе вниманию участников будут предложены психологические игры, которые помогают почувствовать себя спокойнее и увереннее в новой для них ситуации.

**IV. Упражнение на оказание групповой поддержки «Кто хоть раз...?»** Ведущий задает вопросы, начинающиеся с фразы «Кто хоть раз...»:

- готовил яичницу?
- нырял в реку?



- водил машину?
- помогал другу?
- чувствовал себя счастливым?
- и т. п.

Те, кто отвечает утвердительно на поставленный вопрос, встают, а остальные поддерживают их аплодисментами.

**V. Упражнение «Поменяйтесь местами»** направлено на профилактику утомления, кроме того, оно вносит оживление, активизирует внимание. Ведущий предлагает поменяться местами тем:

- кто любит спорт,
- у кого есть брат,
- у кого есть сестра,
- кто родился летом,
- кто курит,
- кто живет в городе,
- у кого карие глаза (*большинство ребят затруднились назвать свой цвет глаз, посмотреть в глаза друг другу, попросили ведущего самого определить кареглазых*),
- у кого хорошее настроение.

**VI. Упражнение «Построение» (невербальное).** Поскольку людям, кроме вербального (словесного) общения свойственно также и невербальное (без слов).

За три секунды группа должна построиться:

- по месяцам рождения,
- по размеру обуви.

**VII. Упражнения на понимание друг друга**

**Упражнение «Я люблю...»** Назвать любимые: время года, цвет, мужское имя, женское имя, фильм, певца, артиста. Ведущий, задавая вопрос, бросает мяч тому, кто должен ответить, тот бросает мяч следующему, тот — другому. Таким образом, на каждый вопрос отвечают три человека, затем мяч возвращается к ведущему, и он задает другой вопрос.

**Упражнение «Качество, которое мне помогает в жизни»** (каждый высказывается по кругу, можно использовать мяч как эстафету).

**Упражнение «На что я потратил бы большую сумму денег, если бы таковая у меня была?»** (каждый высказывается по кругу, можно использовать мяч).

**Упражнение «Рисование».** Ведущий предлагает вспомнить время, когда ребята были детьми, играли в детские игры и, конечно, рисовали. А затем предлагает попробовать порисовать красками. Условие: «Никто не будет оценивать ваши художественные способности и качество ваших рисунков. Мы рисуем себя, в свое удовольствие».

**Подготовительное упражнение «Свободная тема».** Его цель: снять страх перед рисованием. На одном листе мы рисуем что-то правой рукой, затем на другом листе мы рисуем что-то левой рукой.

**Упражнение «Свобода».** Предлагается задание: «Нарисуйте пять самых важных для вас "вещей" на свободе». Каждый подписывает то, что нарисовал (все 5 позиций). Рисовать можно красками, карандашами, фломастерами — по желанию.

Показ рисунков по кругу, комментарии к ним, возможное обсуждение по ходу и рефлексия чувств. (Ведущий помечает себе прозвучавшие ценности, ранжируя их по ходу тренинга или во время перерыва.)

## II блок тренинга

**Цель:** анализ ценностных ориентаций воспитанников с акцентом на жизнь без правонарушений. Обсуждение ее значимости. Работа с надеждами и опасениями колонистов, которые они связывают с жизнью на свободе.

**I. Ведущий представляет проранжированные ценности жизни на свободе.** Обсуждение понятий «жить без правонарушений» и «жить в согласии с законом». Участники по кругу говорят о их значимости и возможности жить в соответствии с заявленной ценностью. Можно использовать шкалу на доске или ватмане. Ведущий задает вопрос: «Насколько для тебя важно жить без правонарушений?». Отвечают по кругу, каждый ответ фиксируется на 10-балльной шкале:

0 \_\_\_\_\_ 10  
«не важно» \_\_\_\_\_ «очень важно»

(При обсуждении этого вопроса ведущий столкнулся с тем, что озвучивание этой ценности вызвало волну негатива, которая выразилась в высказываниях типа: «это невозможно», «никто не живет по закону», «нет такого человека, который бы не нарушал закон».)

**II. Упражнение «Шнуровка».** Ведущий предлагает группе, разделившись поровну, выявить «плюсы» и «минусы» заявленной ценности.

Большие трудности вызывает поиск «плюсов». В итоге группа формулирует три основных преимущества: «спокойствие», «уверенность в завтрашнем дне», «сохранение жизни и здоровья». Участники в ходе сравнения преимуществ и недостатков приходят к выводу о большей личностной значимости преимуществ. На этом обсуждение заканчивается.

**Материалы:** фломастеры, ватман.

Для данной работы можно не делить участников тренинга на подгруппы, а работать со всей группой сразу.

**Рефлексия:** «Рано или поздно каждый из вас отсюда выйдет. С фактом освобождения каждый из вас, пожалуй, связывает и светлые надежды и темные опасения».

**Упражнение «Светлые надежды и темные опасения».** Каждый участник записывает на светлых полосках цветной бумаги свои надежды, а на темных листочках — суждения, связанные с опасениями. Надежды складывают в общий светлый сосуд, а опасения — в темный. Каждый вытягивает из светлого сосуда что-то написанное и зачитывает. Озвученная позиция обсуждается группой и сопровождается комментариями ведущего.

Опасения зачитывает ведущий, анализируя и комментируя их. Их удобнее ранжировать, если складывать аналогичные по группам. Ранжирование



нужно для того, чтобы наиболее часто встречающиеся позиции послужили темой для ролевых игр. *Цель:* проработка вариантов выхода из ситуаций риска.

Из названных опасений наиболее часто встречаются: повторное возвращение в тюрьму, трудности устройства на работу, встреча с бывшими «врагами» или «друзьями».

*Материалы:* светлая и темная цветная бумага, авторучки, два сосуда (светлый и темный).

### III. Упражнение «У меня есть опасение, что...»

Каждый участник проговаривает одно из своих опасений, начиная с фразы: «У меня есть опасение, что...». Все по кругу предлагают ему свой вариант решения заявленной проблемы, начиная свой ответ с фразы «На твоём месте я бы...». Когда все высказались, человек, проговоривший свое опасение, должен сказать то, что он принял для себя на вооружение, говоря: «Пожалуй, я... (сделаю что-то или поступлю так-то)».

**IV. Ролевые игры** с сюжетами, взятыми из темных опасений. Например, трудности устройства на работу.

*Роли:* один — потенциальный работодатель, а все остальные пришли устроиться к нему на работу. Каждый должен был попытаться получить место. Затем в процессе обсуждения группой увиденных и услышанных вариантов определяются наиболее приемлемые и эффективные. В комментариях ведущего было бы уместно рассказать притчу «Три каменщика» (см. Приложение).

Один из вариантов продолжения работы в этом блоке — **упражнение «Я через 15 лет»**. *Цель:* актуализация позитивного образа «Я», формирование представления о будущей жизни, свободной от правонарушений. Участники по кругу делятся суждениями о том, какими бы они хотели себя видеть через 15 лет.

Это упражнение можно проводить по методике «Детская песочница», где образы будущего создаются при помощи детских игрушек, конструктора, подручных материалов, а затем комментируются авторами.

**V. Рефлексия по итогам дня.** Ключевые вопросы: было ли что-то из работы сегодняшнего дня интересно и полезно для вас.

(Самым важным ребята называли «разговоры»: обсуждение темы «жизни на свободе». Из чувств называют: «легкость», «спокойствие», вызванные необычностью обстановки работы в тренинге.)

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### ПРИТЧА «ТРИ КАМЕНЩИКА»

В начале XIV века в Центральной Европе проводились работы по строительству великолепного собора. Руководитель работ был священником, которому поручили следить за работой всех чернорабочих и ремесленников. Священник решил посмотреть, как работают каменщики. Он выбрал трех каменщиков как представителей разных позиций, представленных в их профессии.

Он подошел к первому каменщику и сказал:

— Брат мой, расскажи мне о твоей работе.

Каменщик оторвался от работы и ответил срывающимся голосом, полным злобы и негодования:

— Как видишь, я сижу перед каменной плитой метр в высоту, полметра в длину и ширину. И с каждым ударом резца по этому камню я чувствую, как уходит частичка моей жизни. Посмотри, мои руки натружены и покрыты мозолями. Мое лицо осунулось, а волосы поседелели. Эта работа никогда не кончится, она продолжается бесконечно, изо дня в день. Это изнуряет меня. Где удовлетворение? Я умру задолго до того, как собор будет построен.

Монах подошел ко второму каменщику.

— Брат мой, — сказал он, — расскажи мне о своей работе.

— Брат, — ответил каменщик тихим, спокойным голосом, — как ты видишь, я сижу перед каменной плитой метр в высоту и полметра в длину и ширину. И с каждым ударом резца по камню я чувствую, что я создаю жизнь и будущее. Смотри, я смог сделать так, чтобы моя семья жила в комфортабельном доме, гораздо лучше, чем тот, где я вырос. Мои дети ходят в школу. Без сомнения, они достигнут в жизни большего, чем я. И все это стало возможным благодаря моей работе. Я отдаю собору свое умение, и он тоже одаривает меня.

Монах подошел к третьему каменщику.

— Брат, — сказал он, — расскажи мне о своей работе.

— Брат, — ответил каменщик, широко улыбнувшись, голосом, полным радости. — Видишь, я сижу перед каменной плитой метр в высоту и полметра в ширину и длину. И с каждым прикосновением резца к камню я чувствую, что я высекаю свою судьбу. Посмотри, ты видишь, какие прекрасные черты проступают из камня. Сидя здесь, я не только воплощаю свое умение и свое ремесло, я делаю свой вклад в то, что я ценю и во что я верю. Вселенная, отраженная в соборе, воздаст каждому из нас. Здесь, около этого камня, я нахожусь в мире с собой, и я знаю, что, хотя я не увижу этого собора завершенным, он будет стоять еще тысячу лет, олицетворяя то, что истинно в нас, и служа цели, ради которой всемогущий послал на эту землю и меня.

Монах удалился и некоторое время размышлял над тем, что услышал. Он уснул спокойным сном, каким не спал уже давно, а на следующий день он снял с себя полномочия руководителя работ и предложил эту должность третьему каменщику.

*Первичный источник:*  
Rachel Naomi Remen. *Kitchen table wisdom.*

*Продолжение в следующем номере.*