

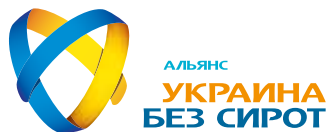
Стань Наставником – **ИЗМЕНИ**  
**ЖИЗНЬ** ребенка-сироты!



# НАСТАВНИЧЕСТВО ШАГ ЗА ШАГОМ

**Пособие для неравнодушных взрослых**

# ОДНА НАДІЯ



Это пособие разработано Проектом Наставничества ОДНА НАДЕЖДА в сотрудничестве со Службой по делам детей г. Киева и при поддержке Альянса «Украина без сирот» для помощи всем желающим осуществлять качественное наставничество молодежи.  
Издание первое.

**Автор идеи:** П. Гладченко, Р. Малюта

**Авторы-составители:** Е. Смаль, И. Сацюк, В. Андросова, Т. Дорош, А. Калибаба, Т. Коваль, В. Пилипенко, О. Савченкова, и др.

Особую благодарность выражаем всем координаторам и наставникам Программы Наставничества в г. Киеве за предоставление практического материала, а также за разрешение использовать реальные примеры и истории наставнических взаимоотношений.

**Дизайн и верстка:** Е. Перепелица

**Наставничество шаг за шагом. Пособие для неравнодушных взрослых**

Все имена героев историй, приведенные в пособии, изменены с целью соблюдения конфиденциальности участников Программы Наставничества. Материал этой книги можно свободно использовать для популяризации идеи наставничества, с обязательной ссылкой на первоисточник. Запрещается использовать материалы с целью получения прибыли.

© Проект Наставничества ОДНА НАДЕЖДА, 2012 г.

## Дорогие друзья!

В жизни бывает много ситуаций, когда дети по разным причинам остаются без родителей. И не секрет, что всем из них трудно попасть обратно в семью, что, вне сомнений, было бы самым лучшим решением для ребенка.

В Украине активно действуют и постоянно развиваются такие формы семейного устройства детей, как усыновление, приёмная семья, опека / попечительство, детский дом семейного типа, патронатная семья. Граждан, желающих усыновить ребёнка, тоже много. Государство, со своей стороны, старается поддерживать и поощрять людей, решивших принять в свою семью ребёнка. Для таких семей проводятся специальные мероприятия, оказывается материальная помощь. Но, не смотря на это, значительные трудности возникают при устройстве детей подросткового возраста (11–18 лет) и детей-инвалидов. Практически не имея шансов попасть в семью, они обречены остаться в стенах учреждения вплоть до совершеннолетия. А ведь этим ребятам, лишённым положительного примера мамы и папы, и семьи в целом, так нужна поддержка значимого для них человека, друга! Друга, который и научит, и посоветует, будет рядом в трудную минуту и в минуту радости.

Наставничество, как форма общения и заботы о ребёнке, имеет глубокие традиции. И нам с вами они очень близки. Я уверен, что каждый из вас обязательно вспомнит своих наставников: это те люди, которые помогали нам, учили нас, переживали и заботились о нас. И таких людей было не мало...

Кто-то из знакомых вашего отца помог вам поступить в институт, а мама подруга посоветовала, где лучше купить платье для дочери на выпускной вечер; дядя посоветовал, куда устроится на работу, а лучший друг отговорил участвовать в сомнительном предприятии. В годы нашего становления и перехода во взрослую жизнь, очень важно, кто формирует наши взгляды, кто оказывает на нас влияние. От этого влияния и вовремя данного совета порой зависит всё наше будущее.

У ребёнка-сироты нет не только семьи, но и любых других связей, знакомств, друзей и родственников, которые есть в каждом семейном окружении. Представим себе подростка, который лишён таких связей. Ему не на кого опереться, не к кому обратиться с вопросом, некому довериться. Вот тут-то Наставник и может сыграть неоценимую роль в жизни ребёнка! Возможно, Наставник не заменит ребенку утраченных родственных связей, но он сможет проявить заботу, научит планировать и достигать жизненно важные цели, сможет на-

учить ребенка верить в себя и снова полюбить жизнь. Взрослые, ступившие на путь Наставничества, говорят, что это нелегкое, ответственное, но вместе с тем и очень приятное общение, которое приносит радость от возможности изменить чью-то судьбу в лучшую сторону.

Если вдуматься, то любой подросток сегодня нуждается в позитивном примере и ответственном влиянии, а ребёнок-сирота чувствует эту потребность особенно остро. И именно волонтерский труд Наставников, которые хотят и могут посвящать своё время и силы для воспитания наших детей – это неоценимый вклад в судьбу нации. «Чужих» детей не бывает. Все они – НАШИ. Только мы с вами в ответе за то, что с ними будет и за то, какими они вырастут. Давайте не будем равнодушными и, главное, не будем бояться начать. Я уверен, что Наставничество станет для вас захватывающим переживанием, когда вы попытаетесь посмотреть на мир глазами ребёнка и постараетесь изменить этот мир, вместе с ним, к лучшему. А книжка «Наставничество шаг за шагом» станет хорошим подспорьем в ваших начинаниях.

С уважением,



Юрий Павленко,

Уполномоченный Президента Украины по правам ребенка

<b>НАСТАВНИЧЕСТВО: ЦЕЛИ, ФОРМЫ, РЕЗУЛЬТАТЫ</b> . . . . .	9
<b>Что такое наставничество и кто такой Наставник?</b> . . . . .	10
<b>Формы и направления наставничества</b> . . . . .	11
<b>Эффективность и результаты наставничества</b> . . . . .	12
<b>Кто может стать Наставником?</b> . . . . .	13
<b>Как можно стать Наставником?</b> . . . . .	15
<b>Этапы развития наставнических взаимоотношений</b> . . . . .	15
<b>Духовные аспекты наставничества</b> . . . . .	20
<b>ЧТО ЕЩЕ ВАЖНО ЗНАТЬ ДЛЯ УСПЕШНОГО НАСТАВНИЧЕСТВА?</b> . . . . .	23
<b>Мифы о детях-сиротах</b> . . . . .	24
<b>Особенности общения с ребенком</b> . . . . .	27
<b>Опасные темы в общении с ребенком</b> . . . . .	32
<b>Часто задаваемые вопросы</b> . . . . .	36
<b>Нескучные идеи для целого года наставничества</b> . . . . .	47
<b>Истории наставничества</b> . . . . .	48
<b>Практические советы, или Копилка Наставника</b> . . . . .	58
<b>АНКЕТА САМООЦЕНКИ БУДУЩЕГО НАСТАВНИКА</b> . . . . .	75
<b>СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b> . . . . .	79
<b>ПРОЕКТ НАСТАВНИЧЕСТВА ОДНА НАДЕЖДА</b> . . . . .	83

# Дорогой читатель!

Эта книга адресована людям, небезразличным к детям, которые волею судьбы остались без опеки своих родителей и близких и воспитываются в государственных учреждениях; к детям добрым, послушным, спокойным или же слишком энергичным, – ко всем детям.


Каждый человек нуждается в поддержке и помощи со стороны родных и близких. Нам важно, чтобы кто-то был рядом с нами, разделяя нашу радость или печаль. Конечно же, наилучшим решением для таких детей было бы устройство в семью или другие семейные формы (усыновление, приемные семьи, детские дома семейного типа, опека), что поощряется в Украине. Но, к сожалению, не все дети могут быть устроены в виду многих причин юридического, морального, психологического характера. С другой стороны, не все взрослые, которые неравнодушны к таким детям, могут стать усыновителями, опекунами или приемными родителями. Для того, чтобы помочь детям, находящимся на воспитании в государственных учреждениях, и неравнодушным взрослым, которые хотят передать свой опыт и знания будущему поколению, международная общественная организация «Одна надежда» в 2009 году разработала Программу Наставничества, основной целью которой является подготовка к самостоятельной жизни детей-сирот через наставничество (патронат).

Эта книга призвана познакомить Вас с формой наставничества и взаимодействия с ребенком, который воспитывается в государственном учреждении, и помочь подготовить его к самостоятельной жизни после выхода из интерната, с помощью внедрения учебных программ, разработанных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Искренне надеемся, что эта книга также поможет ответить на Ваши вопросы о налаживании взаимоотношений с ребенком для его будущего благополучия.

*Авторский коллектив*





## Наставничество: цели, формы, результаты

Большинство из нас на определенных этапах жизни окружали значимые для нас люди: учителя, тренеры, руководители. Эти люди повлияли на наш выбор ценностей, жизненные принципы, поступки. Они были для нас примерами, защитниками, советчиками и просто друзьями. Роль же Наставника гораздо важнее, потому что объединяет все эти функции. Наставник исполняет многие роли во взаимоотношениях с ребенком, помогая ему и поддерживая его в поиске индивидуальных жизненных целей и способов их достижения.



## ЧТО ТАКОЕ НАСТАВНИЧЕСТВО И КТО ТАКОЙ НАСТАВНИК?

*Слово «наставничество» произошло от английского слова «mentor», что означает «наставник». Ментором звали героя древнегреческой мифологии, который слыл мудрым советчиком, пользовавшимся всеобщим доверием. До недавнего времени это слово сохраняло свое значение. Именно его часто использовали политики, спортсмены, актеры и другие люди для характеристики человека, оказавшего на них значительное влияние на разных этапах карьеры. В нашем подходе мы осознанно пишем слово Наставник с большой буквы для того, чтобы подчеркнуть значимость этой роли в целом и в отношении Наставника к ребенку.*

**Основной целью наставничества** является подготовка ребенка-сироты к самостоятельной жизни путем развития его потенциала, уверенности в собственных силах, определения жизненных целей, формирования человеческих взаимоотношений, культурных, моральных, духовных ценностей.

**Наставник** – это заботливый взрослый друг, который становится для ребенка или подростка значимым человеком, который хочет и может посвящать ему свое время, знания и силы.

### ЗАДАЧИ НАСТАВНИКА:

- ✓ Формировать эмоционально значимые, стабильные и долгосрочные отношения в жизни ребенка-сироты, поддерживать и развивать позитивные ценности и культурное наследие ребенка.
- ✓ Помогать ребенку развивать свой потенциал и раскрывать свои сильные стороны.
- ✓ Способствовать в определении ребенком (в частности, подростком) собственных индивидуальных целей и путей их достижения.
- ✓ Передавать знания и опыт ребенку, стимулируя его правильный жизненный выбор, поддерживая успехи в учебе, повышая самооценку.
- ✓ Способствовать формированию у ребенка (особенно, подростка) навыков самостоятельной жизни.

Благодаря совместному времяпровождению и играм Наставник открывает для Воспитанника новые знания и опыт, стимулирует принятие ребенком решений о правильном жизненном выборе, поддерживает успехи в учебе, повышая тем самым его самооценку.

Наставнику важно стать для ребенка другом и советчиком, быть достойным примером для подражания, помочь ребенку развивать свои способности и таланты; Наставник должен быть готов посвящать себя ребенку не ожидая отдачи.

## ФОРМЫ И НАПРАВЛЕНИЯ НАСТАВНИЧЕСТВА

*Можно выделить такие формы наставничества:*

### ИНДИВИДУАЛЬНОЕ НАСТАВНИЧЕСТВО

Наставничество «один на один» предполагает взаимоотношения одного взрослого с одним ребенком. Наставник должен встречаться со своим Воспитанником как минимум четыре часа в месяц сроком не менее года. Случаются и исключения из этого правила, например, в случаях наставничества в школе, срок которого совпадает с учебным годом и другими видами внеклассной работы. При таких обстоятельствах ребенок изначально должен знать как долго он может рассчитывать на взаимоотношения, для того, чтобы оправдать свои ожидания.

### НАСТАВНИЧЕСТВО В ГРУППЕ

Наставничество в группе предполагает взаимодействие как одного взрослого с группой детей, так и нескольких взрослых, работающих с небольшой группой детей. Наставник исполняет функции лидера и берет на себя обязанность регулярно встречаться со своей группой на более длительный период времени. В основном взаимодействие планируется во время учебного процесса, предполагая также время для личного общения. При этом некоторые виды деятельности могут быть направлены на учебный процесс, а некоторые – на качественное проведение досуга.

### НАСТАВНИЧЕСТВО С ПОМОЩЬЮ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ

Наставничество с помощью интернета и электронной почты объединяет одного взрослого и одного ребенка. Пара общается через интернет по крайней мере раз в неделю на протяжении полугода и дольше. Эта форма наставничества предполагает встречу Наставника и ребенка перед началом переписки. Зачастую во время переписки Наставник выступает в роли советчика в школьных делах или помогает при выборе профессии. Например, помогает Воспитаннику написать школьный реферат или обсуждает карьерные возможности ребенка. Наставничество с помощью электронной почты может успешно практиковаться в других формах, к примеру, в летний период отпусков.

### КАК И В КАКИХ НАПРАВЛЕНИЯХ НАСТАВНИКИ МОГУТ ПОМОЧЬ СВОЕМУ ВОСПИТАННИКУ?

- 1.** Помощь в обучении и всестороннем развитии ребенка:
  - ✓ помогают детям учиться в школе (делать домашнее задание) и усовершенствовать академические знания;
  - ✓ организуют и проводят разнообразные кружки.

2. Социализация детей (формирование навыков самостоятельной жизни):
  - ✓ помогают повысить самооценку своих Воспитанников;
  - ✓ поддерживают Воспитанников в их апробации новых моделей поведения;
  - ✓ наполняют свободное время ребенка смыслом;
  - ✓ помогают детям развивать их коммуникативные способности, а также учат формировать взаимоотношения с разными людьми;
  - ✓ способствуют формированию способностей контролировать свои эмоции и общаться с незнакомыми людьми, а также развивают способности разрешать конфликты;
  - ✓ формируют у детей чувство ответственности, установки на самостоятельное принятие решений;
  - ✓ способствуют формированию у детей бытовых навыков (уход за собой, приготовление еды, планирование бюджета, покупки и др.);
  - ✓ формируют у детей корректные гендерные установки;
  - ✓ обеспечивают правовую осведомленность, предупреждение рисков, связанных с торговлей людьми.
3. Профорентация подростков:
  - ✓ помогают подросткам строить планы на будущее в области карьеры и следовать поставленным целям;
  - ✓ могут использовать свои личные контакты для того, чтобы помочь подросткам познакомиться с профессионалами разных производственных сфер, найти возможности для устройства на работу или прохождения необходимого обучения;
  - ✓ знакомят воспитанников с разными организациями;
  - ✓ учат подростков процессу поиска работы, формируют навыки ответственного отношения к работе, стабильной жизненной позиции и др.

## ЭФФЕКТИВНОСТЬ И РЕЗУЛЬТАТЫ НАСТАВНИЧЕСТВА

Как процесс влияния наставничество является успешным с точки зрения и **краткосрочных целей** (сосредоточенность на предоставлении необходимой помощи ребенку на определенный период), и **долгосрочных целей** (поддержка ребенка на протяжении жизни).

Наиболее эффективными становятся те Наставники, которые предлагают поддержку, проявляют терпение и энтузиазм, ставят высокие цели, ведут других к новым достижениям. Они дают своим Воспитанникам новые идеи, перспективы, стандарты вместе с ценностями и нормами общества. Несмотря на то, что Наставники, как правило, более образованные и опытные, они не ставят себя в позицию доминирования над ребенком. Хороший Наставник всегда найдет время для более близкого знакомства с ребенком, спросит

о том, что его интересует, и даже готов измениться сам под влиянием их взаимоотношений. Если Вы примите трудности, а вместе с ними и награды в виде положительных результатов наставничества, то в полной мере сможете ощутить все преимущества этого процесса и для ребенка, и для себя.

*Для ребенка-сироты навыки и знания более опытного человека могут быть очень важными при выборе успешного жизненного пути. Этапными поисками этого пути для ребенка может стать окончание школы, поиск работы, решение проблем с наркотиками, решение о создании семьи, поиск няни для ребенка.*

## **КТО МОЖЕТ СТАТЬ НАСТАВНИКОМ?**

Если Вам 18 лет и больше, у Вас есть желание помогать другим, Вы открытый, искренний человек, обладаете терпением и желанием слушать, у Вас есть опыт в любой сфере человеческой деятельности, Вы умеете планировать время и ставить жизненные цели, если Вы обучаемы и способны научить другого, а также любите детей – Вы определенно можете быть Наставником!

## **КАЧЕСТВА И НАВЫКИ НАСТАВНИКА**

Взаимоотношения между ребенком и взрослым являются крепким фундаментом для развития ребенка. Прежде чем стать Наставником, необходимо понять, что лежит в основе наставничества. Давайте вспомним детство: у большинства из нас в детском возрасте был опыт положительных взаимоотношений с тренерами, директорами школ или преподавателями. Эти люди часто были для нас примерами, защитниками, советчиками, просто друзьями. Наставник должен стремиться объединять все эти функции. Наставник должен понимать, что он будет выполнять много ролей во взаимоотношениях с ребенком. Для этого успешный Наставник должен, в первую очередь, иметь такие личные качества:

- ✓ искренность, доброжелательность в общении с ребенком;
- ✓ уважение к ребенку;
- ✓ эмпатийность;
- ✓ открытость;
- ✓ решительность и уверенность;
- ✓ толерантность;
- ✓ ответственность;
- ✓ дружелюбие.

Во время вашего общения с ребенком, совместного обсуждения ценностей, интересов и целей вы увидите позитивное влияние на жизнь ребенка. Вы также узнаете много нового о себе, так как наставничество – это процесс взаимной учебы и роста.

Наставник – это человек, который полностью посвящает себя наставничеству в образовательном, социальном аспектах, умственному и физическому развитию. Это человек, который будет отдавать достаточно времени и энергии для помощи ребенку, как пример для подражания и просто как друг.

Наставник должен иметь такие **навыки**:

- ✓ **уметь быть внимательным и активным слушателем.** Во многих случаях Наставник может быть единственным человеком, которому ребенок будет доверять свои переживания и проблемы;
- ✓ **уметь помогать ребенку ставить перед собой кратко- или долгосрочные цели.** Формировать представление у ребенка о важности планирования в жизни;
- ✓ **говорить детям, что всегда есть надежда.** Ситуацию всегда можно изменить, но для этого потребуется личное участие в ситуации Наставника и Воспитанника;
- ✓ **помогать детям развивать личный интерес к окружающему миру.** Это могут быть поездки в библиотеку, музей, театр, зоопарк, производства и организации и т. д.;
- ✓ **быть заинтересованным во взаимодействии с ребенком и вовремя приходить на встречи;**
- ✓ **формировать у ребенка понимание «добраго» и «злого», помогать находить позитивные моменты в его жизни;**
- ✓ **быть положительным примером.** У Вашего ребенка, возможно, нет больше никого, кто мог бы стать для него примером.

## КАК МОЖНО СТАТЬ НАСТАВНИКОМ?

Проект Наставничества ОДНА НАДЕЖДА – это пилотный проект, который осуществляется в партнерстве со Службой по делам детей Киевской городской администрации и пока работает только в Киеве и Киевской области. Желающие стать Наставниками для ребенка-сироты в г. Киеве могут подать заявление про присвоение им статуса Наставника в районную Службу по делам детей по месту проживания. Необходимо будет пройти собеседование, а также предоставить следующие документы: медицинскую книжку, справку об отсутствии судимости. После этого необходимо посетить тренинг для Наставников детей-сирот и подписать договор о Наставничестве.

Если Вы проживаете в другом городе, Вы можете инициировать пилотный проект по наставничеству в своем городе. Вам необходимо обратиться в районную службу по делам детей по месту проживания или общественную организацию, которая занимается работой с детьми-сиротами или с интернатами, с предложением о сотрудничестве и реализации проекта наставничества. Для организации необходимого обучения и получения более детальной информации о наставничестве можно обратиться к специалистам МГО «Одна надежда» (Проект Наставничества ОДНА НАДЕЖДА).

Если вы не являетесь представителем какой-либо организации, но хотели бы помогать ребенку-сироте, то изучив материал данного пособия, вы можете обратиться непосредственно к директору интернатного заведения и предложить свою добровольную помощь.

**ВАЖНО ЗНАТЬ!** Иницируя проект по наставничеству в вашем регионе важно помнить, что в соответствии с законодательством Украины ответственность за ребенка, имеющего статус сироты, несет государство, т. е. (государственное учреждение опеки – интернат, детский дом, служба по делам детей). Поэтому любая инициатива, направленная на работу с детьми, лишенными родительской опеки или детьми-сиротами, может реализовываться только в партнерстве с соответствующими государственными структурами. Формально сотрудничество с государственными службами может быть регулировано с помощью договора о сотрудничестве.

## ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ НАСТАВНИЧЕСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ

### *Стадии взаимоотношений наставничества*

На этапе принятого решения стать Наставником у человека возникает вопрос: «Каким образом установить продуктивные и качественные наставнические взаимоотношения с ребенком?». Знание ожидаемых стадий развития

наставнических взаимоотношений, а также осведомленность о возрасте, поле, расовой принадлежности, личностных характеристиках ребенка-сироты, социально-экономическом статусе его семьи несколько снизит тревогу Наставника в ожидании контакта.

Установление позитивных наставнических взаимоотношений является важным процессом, как и установление любых других человеческих взаимоотношений. В то же время, наставнические взаимоотношения отличаются от личностных взаимоотношений, так как они основаны на профессионализме. Наставники несут ответственность за передачу и внедрение норм, ценностей и целей, оговоренных в договоре.

В развитии наставнических взаимоотношений можно выделить **четыре этапа развития**: знакомство, постановка целей и написание индивидуального плана, достижение целей и этап завершения взаимоотношений.

### ЭТАП 1. ЗНАКОМСТВО

Наставник и ребенок-сирота знакомятся и определяют общие интересы и ценности, будущие цели и мечты. На этом этапе дети могут быть не расположены доверять Наставникам и могут попробовать манипулировать ими. Такие взаимоотношения могут охватывать период от одной до шести встреч.

Наставники должны быть особенно внимательны, чтоб не позволить своим предубеждениям диктовать подход к взаимоотношениям с ребенком, и тем более определять кем он должен стать. На начальной стадии взаимоотношений необходимо учитывать:

- ✓ желание Воспитанника, его вклад в построение отношений;
- ✓ сходство / отличия темперамента, характера;
- ✓ соответствие или несоответствие вашим ожиданиям.

*На этом этапе:*

- ✓ Представьтесь ребенку, скажите, как к вам обращаться. Будьте уверенными и улыбайтесь!
- ✓ Запомните имя ребенка.
- ✓ Уверьте ребенка, что заслуживаете доверия и будете приходить регулярно. Расскажите о способе связи, в случае, если не сможете прийти.
- ✓ Принимайте ребенка таким, каким он есть (независимо от внешнего вида, особенностей поведения и т. д.). Будьте непредвзятыми и сохраняйте спокойствие, если ребенок будет действовать шокирующее, – он может просто проверять предел вашего терпения и толерантности.
- ✓ Используйте позитивные фразы, например: «ты прекрасный гид, замечательно показал мне школу (класс)», «было интересно узнать о тебе столько нового, я буду с нетерпением ждать нашей встречи на следующей неделе».

- ✓ Избегайте вовлечения в негативные высказывания (отзывы) о других учениках, учителях, воспитателях или руководстве.
- ✓ Задавайте открытые вопросы, требующие расширенных ответов (а не кратких «да» или «нет»).
- ✓ Сообщайте ребенку точную дату следующей встречи.
- ✓ Следующую встречу начните с воспоминаний о прошлой встрече. Постарайтесь узнать как можно больше о ребенке.
- ✓ Помогите ребенку понять важность планирования его целей. Пусть он подумает о краткосрочных и долгосрочных целях для планирования вашей следующей встречи.
- ✓ Завершайте каждую встречу на позитивной ноте.

*Действия Наставника во время и после каждой встречи с ребенком:*

- ✓ Во время первой встречи Наставник должен объяснить ребенку, на протяжении какого периода будут длиться их встречи (а также указать продолжительность каждой встречи). Если Наставник сообщит ребенку, что у него назначена другая встреча за пять минут до завершения общения, то ребенок будет чувствовать себя малозначимым. Предупреждая ребенка о важных вещах до начала встречи, Наставник способствует безопасной и доброжелательной атмосфере для него.
- ✓ Перед завершением встречи Наставник должен обсудить с ребенком его достижения и успехи, дать позитивную оценку (обратная связь). Детям необходимо позитивное завершение, чтобы они с оптимизмом ждали следующей встречи. Для них это также послужит мотивацией работать лучше и стараться на протяжении недели, чтобы порадовать своего Наставника.
- ✓ У Наставника и ребенка должен быть календарь, в котором указаны даты встреч. В этот календарь необходимо включить каникулы, поездки по работе, выходные и другие даты, в которые они не смогут встретиться. Наставник должен напоминать ребенку о своем отъезде как минимум за неделю, и, если это возможно, послать открытку со своего места нахождения.
- ✓ Наставник всегда должен быть подготовленным к встрече (соответственно с поставленными целями в индивидуальном плане), лучше иметь в запасе дополнительные задания. Встречу не стоит «затягивать» долгими приветствиями и разговорами ни о чем (это можно рассматривать как попытку заполнить встречу из-за неподготовленности). Для ребенка такое проведение времени может показаться скучным и неинтересным.
- ✓ Наставник должен помнить, что детям-сиротам не нужны очередные неискренние и формальные взаимоотношения. Этого и так хватает в их жизни.



## ЭТАП 2. ПОСТАНОВКА ЦЕЛЕЙ, НАПИСАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПЛАНА ВЗАИМООТНОШЕНИЙ

Наставник и Воспитанник обговаривают свои ожидания от их дружбы и общения. Здесь как раз таки и понадобится много терпения и внимания. Может так случиться (хотя такие случаи очень редки), что отношения между Наставником и ребенком на данном этапе не складываются, тогда они могут завершить взаимодействие по-дружески.

Необходимо проявить умение слушать и обмениваться мыслями. Нужно помочь ребенку научиться озвучивать свои нужды и чувства, обрести новые ценности в жизни.

Совместно с координатором и специалистами учреждения Наставник и ребенок прописывают индивидуальный план развития взаимоотношений. Рассматриваются и утверждаются краткосрочные и более длительные цели для удовлетворения потребностей ребенка. Обсуждаются пути достижения поставленных целей. Прописывается календарный план на период наставнических взаимоотношений. Этот этап может охватывать от одного до трех месяцев.

Как только взаимоотношения установлены и налажена атмосфера доверия и конфиденциальности, Наставник с ребенком начинают планировать цели на период наставнических взаимоотношений.

- ✓ Наставник и ребенок прописывают индивидуальный план их взаимоотношений, в который будут включены личные, социальные и образовательные, а также другие цели.
- ✓ Каждый месяц пара будет оценивать успехи и неудачи, анализировать результаты, определять дополнительные задачи.
- ✓ За достигнутые результаты Наставник и ребенок могут вознаграждать друг друга (так, как они договорятся).

Цели ребенка должны быть обозначены и установлены вместе с ним, а не просто навязаны Наставником. Если ребенок определил нереальные цели, то задача Наставника состоит в том, чтобы помочь ребенку понять их реальность и показать пути их достижения.

Странные или нелепые на первый взгляд цели иногда дают ребенку замечательные возможности для планирования. Если ваш Воспитанник, к примеру, хочет жить в домике на лыжном курорте в Швейцарских Альпах, это дает чудесную возможность Наставнику объяснить ему, как важно получить хорошее образование для того, чтобы впоследствии получить хорошую работу и заработать достаточно денег, чтобы жить в домике в Альпах. Этот пример цели, поставленной ребенком, можно использовать и как стимул к изучению иностранных языков, обучению катанию на лыжах или познанию культуры другого народа.

### ЭТАП 3. ДОСТИЖЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Наставник и ребенок приступают непосредственно к осуществлению главных целей. Постепенно потребности восполняются, дополняются и происходит укрепление взаимоотношений. В результате достижения целей в жизни ребенка происходят изменения, которые способствуют его успешной социализации.

*Эффективная модель пошагового формирования индивидуальных целей*

#### **ЦЕЛЬ ДОЛЖНА БЫТЬ:**

- ✓ **Возможной.** Необходимо осмыслить цель и прояснить первые несколько шагов для ее достижения.
- ✓ **Реальной.** Цель должна быть логичной и соответствовать личностной системе ценностей конкретного ребенка. Ребенок должен верить, что он сможет достичь ее. Если у него низкая самооценка, это может создать проблемы при постановке целей.
- ✓ **Достижимой.** Цели, которые ставит перед собой ребенок, должны соответствовать его личным возможностям и способностям. Для того, чтоб определить сильные стороны и возможности ребенка, установите цель, а потом рассмотрите индивидуальные составляющие этой цели. Определите способности (физические, умственные и др.), которые необходимы для достижения данной цели.
- ✓ **Ограниченной во времени.** Должны быть определены временные рамки при достижении цели. Процесс достижения цели необходимо разделить на промежуточные шаги-действия, с обозначенным конечным сроком их выполнения. Важно проанализировать вместе с ребенком выполнение им намеченных целей в определенные временные рамки.
- ✓ **Желанной.** Цель должна быть такой, чтобы ребенок действительно желал ее достигнуть. Иногда дети устанавливают цели, чтобы просто исполнить ожидания других.
- ✓ **Без альтернатив.** Ребенок должен стремиться к осуществлению только одной цели за определенное время. Исследования показали, что часто человек, который говорит, что хочет сделать «это» или «другое», редко выходит за рамки «или», даже если он считает, что может остановиться на полпути и приняться за другую цель. Всегда обсуждайте, анализируйте, почему изначально поставленная цель не сработала. Но если ребенок изменил цель, новая должна быть принята без альтернатив.
- ✓ **Творческой.** Цель должна быть направлена на всестороннее развитие ребенка.
- ✓ **Безопасной.** Цель ни в коем случае не должна приносить разрушение (вред) ребенку, другим людям или обществу.

#### ЭТАП 4. ЗАВЕРШЕНИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Наставник и ребенок завершают свои взаимоотношения и обговаривают будущие перспективы ребенка. Анализируются достигнутые результаты, осуществляется обратная связь. Данный этап предусматривает правильное завершение наставнических взаимоотношений.

*Как осуществить переход взаимоотношений на другой уровень?*

После окончания периода наставнических взаимоотношений ребенок должен сформировать ощущение завершенности данного процесса. Он должен понимать, что самостоятельно направляет свои усилия для достижения собственных целей. Именно для того, чтобы ребенок не чувствовал себя отверженным, ненужным в конце периода наставнических взаимоотношений, ему необходимо знать, что их взаимоотношения меняются не потому, что они были неуспешными, а как раз наоборот. Они были успешно завершены, и теперь пришло время ребенку самостоятельно достигать поставленных целей. На данном этапе Наставнику необходимо будет проявить много старания и терпения.

*Идеи для позитивного завершения наставнических взаимоотношений:*

- ✓ Наставник и ребенок могут обменяться сувенирами или вещами, которые будут напоминать им о позитивном опыте взаимоотношений.
- ✓ Стоит сделать общую фотографию, которую Наставник может поместить в красивую рамку и подарить ребенку. Наставник может также подарить ему альбом для фото.
- ✓ Группа Наставников и детей может устроить заключительный банкет или пикник, или церемонию вручения наград на последней встрече.
- ✓ Наставник должен поговорить с ребенком о перспективах будущего общения. Они вместе могут решить как будут встречаться в дальнейшем.

*Для того, чтобы наставнические взаимоотношения были здоровыми, они должны постоянно развиваться, так как их основная задача – приобретение ребенком опыта формирования взаимоотношений между людьми, получение им новых знаний, бытовых и социальных навыков.*

#### ДУХОВНЫЕ АСПЕКТЫ НАСТАВНИЧЕСТВА

Известно, что верующий человек легче переносит стрессовые ситуации, быстрее выздоравливает, оптимистично смотрит на трудности, а, следовательно, может использовать их для своего роста и положительных изменений в жизни. Вера помогает человеку отличить добро от зла, придерживаться настоящих нравственных ценностей и делиться ими с другими. Вера во многом определяет выбор человека, а выбор – это то, что влияет на всю нашу жизнь. Например, с кем дружить, где учиться, с кем вступить в брак, какую профессию выбрать...

Именно с такими вопросами выбора сталкиваются Воспитанники прежде всего, и Наставникам предстоит научить своих Воспитанников делать свой выбор осознанно. Поэтому чрезвычайно важно, чтобы люди, стремящиеся помочь детям через наставничество, сами опирались на нравственные ценности христианской морали. У детей, которые были лишены родительской любви и заботы, как правило, отсутствуют паростки какой-либо веры, – будь то вера в Бога, или в свои собственные силы. Это не удивительно, ведь отсутствует и почва для ее зарождения. Поэтому одна из основных задач Наставника открыть для ребенка этот важнейший ресурс, показать ему позитивное влияние веры на жизнь человека, на собственном примере показать силу и основательность нравственных качеств, которые опираются на Святое Писание и помогают человеку делать достойный выбор в жизни.

Напомним, что Святое Писание тоже мотивирует и учит нас помогать сиротам, участвовать в жизни нуждающихся, делиться с ними верой:

*«Научитесь делать добро, ищите правды, спасайте угнетенного, защитите сироту, вступайтесь за вдову», – призывает нас один из Пророков (Ис. 1:17).*

*«Истинное же благочестие, угодное Богу, ничем не запятнанное и чистое перед Богом и Отцом, выражается в заботе о вдовах и сиротах, нуждающихся в помощи, и в сохранении себя неоскверненным от мира». (Иак.1:27)*

Отличительной особенностью каждого христианского общества всегда считалась забота и попечение о детях-сиротах. Это попечение проявлялось по-разному, но в основном детей забирали в семью, заботясь как о своих родных детях, до того момента, как они вырастали и становились самостоятельными. Тем самым эти люди давали детям-сиротам домашний уют, а их целью было вырастить из них достойных людей и дать направление в жизни. Например, мальчиков помимо всего прочего обязательно обучали определенной профессии, чтобы они впоследствии могли зарабатывать и обеспечивать семью, а девочек в силу тогдашнего устройства общества старались выдать замуж за хорошего человека, который бы заботился о ней.

Время идет, меняются обычаи и культура, а призыв Божий позаботиться о сиротах остается прежним. И это исключительно наш выбор, как общества в целом, так и каждой личности в отдельности: откликнуться на этот призыв или оставаться равнодушными к нуждам детей-сирот, которых, к сожалению, становится все больше. Но истина и реальность состоит в том: чем выше духовность и моральность общества, тем больше оно заботится о сиротах и тех, кто пребывает в нужде.



## Что еще важно знать для успешного наставничества?



Выбирая нелегкий, но такой интересный путь наставничества, важно осознавать, что существует множество разных мнений и предубеждений относительно детей-сирот. Отличить правду от вымысла вам поможет время и опыт работы с такими детками, но для того, чтобы быть успешным в наставничестве и лучше понимать своего Воспитанника, предлагаем прочитать отрывок из книги Л. Петрановской «В класс пришел приемный ребенок», а также ознакомиться с наиболее распространенными иллюстрациями заблуждений людей относительно детей-сирот.

## МИФЫ О ДЕТЯХ-СИРОТАХ

*Отрывок из книги Л. Петрановской «В класс пришел приемный ребенок».*

### «ОЛИВЕР ТВИСТ»

Согласно канону сентиментальной литературы ребенок-сирота сам по себе очень хороший (разве что немного чумазый). Добрый, тонкий, честный, готов всем сердцем полюбить того взрослого, который позаботится о нем. Хранимый благословением матери (благородным происхождением), он чудесным образом выносит из опыта прошлых обид и притеснений высокие помыслы и твердые моральные устои. Все, что нужно этому ребенку – чтобы на его пути встретился, наконец, добрый человек, умыл, научил манерам и отдал в школу. А уж сирота будет благодарен и оправдает доверие. В конце окажется, что эти добрые люди и есть его настоящие родственники, и ребенка просто потеряли в детстве.

*– Очень трогательно, но это утопия. Так не бывает, чтобы ребенок ничего хорошего не видел в жизни, и, тем не менее, стал хорошим.*

### «ФРАНКЕНШТЕЙН»

Прямо противоположный образ: ребенок, взятый в семью, – пригретая на груди змея. Этот «неправильным образом полученный ребенок» в некотором смысле оборотень. Что не делай, как хорошо к нему не относишься – толку не будет. «Сколько волка не корми, он в лес смотрит». Он будет всех ненавидеть и всегда мстить за свою несчастную судьбу: «Когда ласкали вы детей своих, я есть хотел, я замерзал...», и далее по тексту. Такой ребенок станет пользоваться добротой приемных родителей – святых людей, пожалевших сироту, а потом вырастет и коварно обманет их, наведет банду на их квартиру, а то и самих «закажет» киллеру ради наследства. И уж точно не подаст стакан воды (разве что с ядом).

*– Очень страшно. Иногда и правдой бывает, но совсем по другим причинам.*

## МИФЫ И СТЕРЕОТИПЫ ПО ОТНОШЕНИЮ К ДЕТЯМ-СИРОТАМ В ОБЩЕСТВЕ

### 1. «Главное – хорошо обеспечить сироту»

Бывают времена, когда это действительно главное, потому что иначе ребенок не выживет. Но этого явно недостаточно. Жизнь на «казенных харчах» оказывает ребенку медвежью услугу. Он вырастает в убеждении, что белое само становится чистым, картошка всегда бывает нарезана и пожарена, а чай – уже с сахаром. Система детского учреждения работает так, что растит потребителя. К сожалению, позицию потребителя порой укрепляет и неумелая благотворительность, заваливание детей подарками и игрушками к праздни-

кам. Это приучает детдомовских детей к мысли «раз мы такие несчастные, нам все должны и нам все можно». Детям нужны не столько вещи, сколько отношения – прочные и близкие. Только это дает устойчивость в мире и силы жить.

Иллюстрация «комплекса сироты»: мальчик, забросивший шапку на дерево, на вопрос: «А как же ты теперь без шапки?» ответил: «Мне спонсор еще придет»; 5-ти летняя девочка прореагировала на приезд волонтера и ее подарок в виде мягкой игрушки фразой: «Вот дура, лучше бы шоколадку привезла».

## **2. «Воспитание в коллективе – то, что нужно детям»**

После воспитания в учреждении большинство детей оказываются неспособными создавать семьи и воспитывать детей – у них нет опыта, и они не знают, как это делается. Необходим опыт отношений со значимыми взрослыми, а его учреждение дать не может. Это значит, что коллективное воспитание не может помочь детям сиротам в главном: получить опыт нормальной семейной жизни, навыков самостоятельной жизни.

Иллюстрация: большинство молодых матерей, закончивших интернат, не справляются со своими родительскими обязанностями и приносят своих детей в свой же интернат, потому что там «накормят и научат, а я не знаю, как быть матерью». Пример: мать кормила своего младенца борщом, так как молоко у нее пропало, а чем еще кормить, она не знала.

Большинство семей бывших воспитанников детских домов распадаются из-за отсутствия опыта нормальных семейных отношений. Пример: молодая семья завершает все свои конфликты уничтожением собственных паспортов.

## **3. «Все эти детдомовцы – больные и агрессивные»**

Очень редко ребенок с детского дома имеет запись в медицинской карте «практически здоров»; большинство детей с точки зрения социальной педагогики запущены, имеют нарушения развития речи, ЗПР (задержку психического развития), высокую тревожность, агрессивность, неконтактность, часто наблюдаются энурез, нейродермиты, гастрит и прочие психосоматические заболевания. Нужно разобраться в истинных причинах такого состояния детей. Соответствующие проявления – результат как неблагоприятных условий социализации детей (пренебрежение потребностями детей и жестокое обращение со стороны собственных родителей, опыт потери своей семьи и др.), так и эмоциональной депривации, то есть чувства одиночества, когда ты никому не нужен, когда находишься в состоянии полной неопределенности в жизни.

Примерами депривации могут быть случаи, когда ребенок в 7 лет непрерывно сосет палец или садится на пол и начинает раскачиваться из стороны в сторону, не реагируя на уговоры. Такое поведение ребенка вызывает страх. Но действительно страшно не это, а то, что за спиной у такого ребенка – ты-



сячи одиноких ночей, когда никто не обнимал, никто не качал, и ему приходилось успокаивать себя самому. Те дети, которые не научились сосать палец и качаться, просто не выжили.

Другой пример: ребенок не хочет учиться. Слушает и как будто не слышит, не понимает элементарных вещей. Гены? Патология? А что бывает со взрослыми благополучными людьми после катастрофических событий в жизни? Способны ли они в это время проявлять любознательность, сосредоточенность? Между тем, у ребенка, изъятого из семьи, произошла во внутреннем мире катастрофа еще большая. У него рухнул мир. А ему при этом объясняют таблицу умножения. Получается, что это не ребенок ненормальный. Это жизнь у него сложилась ненормально. И все расстройства здоровья и поведения, которые мы наблюдаем у ребенка – это нормальная реакция на ненормальные обстоятельства.

Отсюда следует очень важный вывод: наладится жизнь – и все наладится. Такой подход в воспитании детей приведет к тому, что ребенок будет хотеть жить, расти и развиваться. Когда он увидит и поверит, что его любят, за него «болеют», он обязательно постарается наверстать упущенное. И опыт семейного устройства это подтверждает: через год-два жизни в любящей, заботливой семье ребенок буквально «расцветает»: быстро растет, узнает много нового, проходят даже давние болезни.

#### **4. «Главная опасность – гены»**

Есть особенности, которые действительно во многом определяются генами, например, темперамент. При этом генами не определяются такие качества человека, как честность, доброта, ответственность, способность любить, быть счастливым. Здесь все зависит от любящей семьи и от выбора самого человека. Так, генетически может быть задан такой способ переработки организмом алкоголя, который облегчает возникновение зависимости. Но такая генетическая предрасположенность есть у многих. Однако большинство людей алкоголиками не становятся, хотя спиртное продается на каждом углу. Почему? Потому, что у них есть интересы, работа, любимые, дети, потому, что беспорочно пить им просто незачем. Гены определяют лишь скорость возникновения зависимости, если человек начнет пить. А выбор: начать пить или нет, делает сам человек, и выбор во многом определяется тем, есть ли у него в жизни поддержка, есть ли за спиной любящая семья.

#### **5. «Никаких кровных родственников, лучший вариант – круглая сирота»**

Как показывает практика, дети, не имевшие никакого опыта жизни в семье, пусть и не самой благополучной – наиболее пострадавшие. У ребенка, у которого нет опыта взаимодействия с близкими людьми, формируется чувство базовой тревоги, а это тормозит его развитие. Любой опыт семейной жизни, наличие родственников, воспоминания о прошлом в родительском

доме являются ресурсом для ребенка, его опорой и залогом более успешного развития. Если речь идет о ребенке, который совсем маленьким потерял связь с кровными родителями, в подростковом возрасте для него будет важна сама попытка эту связь восстановить. Опыт показывает, что если ребенка поддерживают в этом, не препятствуют попыткам найти родителей или встретиться с родственниками (при условии безопасности для жизни и здоровья ребенка), это очень хорошо сказывается на построении отношений с ребенком и на его развитии. Он становится более спокойным, открытым и ответственным при планировании собственного будущего.

#### **6. «Лучше взаимодействовать с маленьким, тогда будет как свой»**

В целом стереотип «только маленького» – один из самых опасных для любой формы взаимодействия с ребенком. Для многих детей, оставшихся без попечения родителей в возрасте старше 5–6 лет, это предубеждение становится приговором. Между тем тысячи семей и детей, вышедших из младенческого возраста, могут быть счастливы, найдя друг друга. Опыт показывает, что возраст ребенка (как и пол) далеко не самая важная характеристика при прогнозе успешности построения взаимоотношений. Трехлетний ребенок с опытом тяжелой эмоциональной депривации, в результате проживания в коллективном учреждении, может быть гораздо более сложным, чем десятилетний, проживший в семье, которая постепенно спивалась, но вместе с тем как-то любила и заботилась о нем.

#### **7. «Ребенок должен быть нам благодарен»**

Приемные родители или Наставники, для которых это убеждение имеет большое значение, бывают неприятно удивлены, не получая от ребенка никакой благодарности. Благодарность формируется почти до самого конца детства (а у многих бывает не сформирована и во взрослом возрасте). Маленький ребенок все происходящее с ним принимает как должное (с точки зрения ребенка так все и должно быть). Следует помнить, что по-настоящему благодарными бывают те дети, которым позволяли быть самими собой, от которых благодарности не ожидали, а наоборот, считали, что дети принесли им много радости и новый опыт.

## **ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ**

### **ПОНЯТИЯ И СОСТАВЛЯЮЩИЕ ОБЩЕНИЯ**

Каждому человеку в той или иной степени присуща потребность в общении, налаживании социальных контактов. С одной стороны, это потребность в новых впечатлениях, чувствах, знаниях, а с другой – желание поделиться с партнером своими переживаниями и мыслями. Общение – это двусторонний или многосторонний процесс установления и развития контактов между людьми, который обусловлен их потребностью в совместной деятельности.

**Качество социальной жизни человека во многом зависит от характера его общения с другими людьми.** Удовлетворение от общения влияет на психологическое благополучие участников коммуникативного процесса, в то время как постоянное недовольство социальными контактами и межличностными отношениями приводит к плохому настроению, депрессии, снижению активности, а в итоге – к ухудшению здоровья и невыполнению намеченных целей. То есть, эффективное, качественное общение равно продуктивным социальным и межличностным отношениям, а некачественное общение образует трудности в процессе вхождения в социум.

Дети, которые воспитываются в госучреждениях, часто отличаются дефицитом общения, особенно со взрослыми. Вследствие этого, их личные навыки общения формируются медленно и не всегда правильно. Наставник может сыграть очень важную роль в жизни ребенка – Воспитанника, в том числе и путем формирования правильных, качественных навыков общения, что в свою очередь способствует успешной социализации и выстраиванию своей жизни.

### ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ, ВЫСТРАИВАЯ ОБЩЕНИЕ С ВОСПИТАННИКОМ?

#### *Правила эффективного общения:*

- ✓ Говорить на языке ребенка: язык сообщения должен быть понятным.
- ✓ Проявление уважения к ребенку.
- ✓ Проявление интереса к проблеме ребенка.
- ✓ Демонстрация единства (интересов, целей, задач, точек зрения).
- ✓ Активное слушание: собеседник в процессе разговора проявляет свой интерес.
- ✓ Использовать «Я – высказывание». Когда мы заменяем «ты» на «я», и его формы «мне», то говорим от своего имени, никого не обвиняя. С уважением, без укора, высказывая то, что чувствуем мы. В этом случае собеседник не подвергается критике. Например: «...мне неприятно, когда ты это делаешь...», «я не хочу обсуждать это сейчас», «мне нужно отдохнуть», «мне тяжело тебя слушать, когда ты кричишь», «сейчас мне плохо...».
- ✓ Придерживаться правил этикета общения: принятому стилю поведения, обязательных форм вежливости и т. д.
- ✓ Использовать конструктивную критику, когда предметом критики является не личность собеседника, а его позиция, действия, точка зрения и т. д.

### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЭФФЕКТИВНОМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С ДЕТЬМИ

- ✓ Постарайтесь, чтобы общение было позитивным, четким.
- ✓ Учтите, что каждый человек имеет право на свою точку зрения.

- ✓ Будьте честными и открытыми в выражении своих чувств и принимайте чувства других.
- ✓ Задавайте уточняющие вопросы.
- ✓ Научитесь активно слушать ребенка. Дайте ему достаточно времени на высказывания.
- ✓ Используйте технику «Я – высказывание».
- ✓ Не переходите границы личного пространства, если ребенок не готов к этому.

## АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ

**Активно слушать** означает уделять все внимание собеседнику в процессе общения. Это не только «слушание», а еще и «видение» жестов, мимики, изменения интонации голоса, выражения лица.

*Составляющие активного слушания (определены американским психологом И. Атвереном):*

- ✓ Стойкое, сконцентрированное внимание, минимальное отвлечение, визуальный контакт, позитивный язык позы и жестов. Например, когда мы хотим услышать что-то интересное, то говорим: «Я тебя внимательно слушаю!», при этом «все тело» направляем на собеседника, – это выражает не только нашу готовность слушать, а и физическое внимание, которое помогает процессу слушания и восприятия.
- ✓ Нереплексивное слушание определяется как умение молчать, не вмешиваясь в рассказ собеседника со своими замечаниями. Нереплексивное слушание полезно в ситуациях, когда собеседник стремится выразить свое отношение к чему-либо или хочет высказать свою точку зрения; собеседник хочет обговорить самые болезненные вопросы; чувствует затруднения в решении своих проблем; при разговоре с человеком более высокого социального статуса.
- ✓ В ситуациях, когда у человека отсутствует желание поговорить, или он желает поддержки или одобрения, нереплексивное слушание неэффективно.
- ✓ Реплексивное слушание – это умение слушать, предусматривающее уточняющие вопросы, перефразирования, выражение чувств, резюмирование.  
*Чтобы понять особенности рефлексивного слушания, попробуйте ответить на такие вопросы:*
- ✓ часто ли вы думаете таким образом? («Я знаю, почему вы это сказали»);
- ✓ способны ли вы демонстрировать одобрительные реакции? («Я уважаю ваше решение!», «Я поддерживаю ваши действия!»);
- ✓ проявляете ли вы аналитические реакции, спрашивая «когда?», «почему?»;
- ✓ проявляете ли вы реакции взаимопонимания? («Я вам сочувствую», «Я вас понимаю»).

## КАК СЛУШАТЬ РЕБЕНКА ЭФФЕКТИВНО?

- ✓ демонстрируйте собеседнику свою заинтересованность;
- ✓ дайте время собеседнику полностью высказать свою точку зрения;
- ✓ старайтесь понять подтекст сказанного;
- ✓ повторите основные мысли собеседника для того, чтобы показать, что вы его правильно поняли;
- ✓ не делайте поспешных выводов.

## КАК НАСТАВНИКУ УЛУЧШИТЬ НАВЫКИ АКТИВНОГО СЛУШАНИЯ?

**Зрительный контакт.** Отсутствие зрительного контакта собеседник может воспринять как проявление незаинтересованности и неприятия. Зрительный контакт помогает сосредоточить внимание и подбадривает собеседника.

**Кивайте и используйте соответствующую мимику.** Внимательный слушатель подает невербальные знаки своей заинтересованности в том, о чем идет речь. Вместе со зрительным контактом невербальные знаки говорят об активном участии в разговоре.

**Избегайте отвлекающих движений и жестов.** Не смотрите на других людей, не играйте ручками или карандашами. Такое поведение заставляет собеседника думать, что слушатель не заинтересован в беседе.

**Задавайте вопросы.** Вопросы дают возможность рассказчику понять, что слушатель вовлечен в беседу.

**Перефразируйте.** Перефразировать сказанное – означает повторить услышанное другими словами. Такая техника позволяет собеседнику правильно понять полученную информацию.

**Не перебивайте собеседника.** Позвольте человеку закончить мысль, только после этого вы можете комментировать сказанное вашим оппонентом.

**Не говорите слишком много.** Говорить всегда легче, чем внимательно слушать. Учитывайте уровень способности восприятия информации вашего собеседника.

**Позитивная обратная связь.** Некорректная критика, замечания, т. е. негативная обратная связь, мешает воспитаннику быть открытым в разговоре и, как правило, вызывает противостояние.

**Внимательно следите за настроением ребенка** и попробуйте понять, что именно его тревожит.

**Не перебивайте ребенка,** когда он рассказывает о чем-то важном.

**Демонстрируйте свою заинтересованность** темой разговора.

**Уделяйте внимание эмоциям и впечатлениям,** которые переживает ребенок; оценивайте не ребенка, а сложившуюся ситуацию.

**После сказанного ребенком подведите итог:** «Если я тебя правильно понял, то...».

## ПРЕДЛОЖЕНИЯ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ПОЗИТИВНОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

- ✓ **Сосредоточьте внимание на конкретном поведении:** избегайте неясных общих фраз, таких как «молодец» или «это было плохое решение», вместо того, чтобы говорить о том, почему вы так говорите и что чувствуете. Например, «ты классно играл сегодня», «мне понравилось, как ты стоял в защите».
- ✓ **Обратная связь должна быть целенаправленной:** фразы должны соответствовать тому, о чем говорит собеседник.
- ✓ **Обратная связь должна быть своевременной:** немедленная реакция намного эффективнее, чем комментарии, сделанные позже.
- ✓ **Обеспечить понимание:** как важно понимание собеседника слушателем, настолько же важно и для слушателя быть понятным для собеседника. Просьба Наставника, адресованная ребенку повторить то, что он услышал, помогает установить взаимопонимание.

## СОВЕТЫ ДЛЯ СОЗДАНИЯ ДОВЕРИТЕЛЬНЫХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ С РЕБЕНКОМ

- ✓ Сохраняйте спокойствие. Помните: Вы на своем месте!
- ✓ Используйте мимику и жесты для привлечения внимания (если ребенок не внимателен, рассеян, часто отвлекается), поддерживайте зрительный контакт, используйте прием «рука на плече».
- ✓ Используйте поощрения: «Ты в прошлый раз был очень подвижный, давай сегодня попробуешь быть более усидчивым». В конце поощрите ребенка (наклейкой, открыткой, ручкой и т.д.). Не говорите фраз типа «обычно ты себя плохо ведешь...».
- ✓ Будьте честными; если Вы взволнованны, не бойтесь показать свои чувства. Не используйте тактику «лучшая мера защиты – нападение».
- ✓ Покажите Воспитаннику, что рады видеть его.
- ✓ Будьте тактичным, но честным: «Саша, я хочу быть честным с тобой. Поэтому, я не могу не сказать тебе...»
- ✓ Позвольте Воспитаннику говорить в удобном для него темпе, не подгоняйте его. Не ставьте план проведения встречи на первое место.
- ✓ Не переборщите с любопытством, позвольте Воспитаннику говорить на удобные для него темы.
- ✓ Не привлекайте воспитателей интерната для обеспечения дисциплины – Вы потеряете свой авторитет.
- ✓ Уважайте право воспитанника на его личное видение жизни. Не употребляйте фраз «Да ты что! Это отстой», или «Тебе лучше ...». Научите его самостоятельно увидеть проблему. Возможно, даже дать ошибиться. Важно дать почувствовать причинно-следственную связь.
- ✓ Сосредоточьтесь больше на чувствах и потребностях Воспитанника, нежели на попытке сразу же решить все его проблемы. Покажите, что он

- для Вас важнее, чем достижение поставленных целей. Если он увидит, что в него верят, то достигнуть цель будет проще.
- ✓ После обсуждения вопросов, необходимо спросить Воспитанника: «Что бы ты хотел сделать в данной ситуации?», «Как бы я смог тебе помочь?». Задача, которая стоит перед Наставником: не дать ребенку готовую «рыбу», а научить ее ловить. Пусть сам планирует, а Вы поможете.
  - ✓ Если Вас не устраивает то, что ваш Воспитанник хочет сделать, прежде чем Вы решите сказать это ребенку, спросите себя: «Почему мне это не нравится?». Подумайте, может это Ваше видение жизни мешает принять его выбор, но на самом деле ни на его успеваемость, ни на здоровье, ни на будущее это не повлияет. Например, как «ирокез» или серьга в ухе могут повлиять на скорость передвижения? Минимизируйте количество «запретов».
  - ✓ Если то, что Воспитанник хочет сделать невозможно, извинитесь и осторожно объясните причину. Обсудите ситуацию. Помогите ребенку увидеть ее другими глазами, чтобы он понял сам почему это невозможно.
  - ✓ Постарайтесь выяснить какие другие решения устроили бы Воспитанника.
  - ✓ Старайтесь формировать критическое мышление у Воспитанника (способность посмотреть на ситуацию со стороны). Например, ролевые игры. Меняем ролями, объясняем условия, описываем ситуацию.
  - ✓ Употребляйте выражение: «Мне нужно подумать. А как ты считаешь...?».

*Здоровые отношения Наставника и ребенка подразумевают уважение, сопереживание, искренность и гибкость.*

## ОПАСНЫЕ ТЕМЫ В ОБЩЕНИИ С РЕБЕНКОМ

*Для выстраивания позитивных и эффективных взаимоотношений с ребенком, очень важно понимать особенности жизни и пережитые им травмы.*

### ТРАВМЫ ПРОШЛОГО

Без сомнения, это может быть самый трудный этап в прошлой жизни вашего Воспитанника, о котором не только рассказать, но и вспомнить будет тяжело. Наставникам необходимо знать, что неосторожное вмешательство в проблемы прошлых травм ребенка может вызвать непредвиденную реакцию. Следует избегать подобных вопросов. Воспитанник должен иметь право на конфиденциальность. При желании ребенок сам расскажет о том, что его тревожит. Особое внимание должно быть проявлено со стороны специалистов, имеющих доступ к личному делу ребенка, чтобы вовремя предупредить Наставника и обеспечить необходимую конфиденциальность, а следовательно и защиту Воспитанника.

*Примерами таких травм могут быть:*

- ✓ жестокое обращение
- ✓ безнадзорность
- ✓ отказ от ребенка
- ✓ сексуальное растрепление малолетних
- ✓ изнасилование
- ✓ психологическое оскорбление и унижение ребенка
- ✓ тяжелые утраты близких
- ✓ ранения или заболевания
- ✓ развод родителей
- ✓ жестокость со стороны общества
- ✓ бедность
- ✓ стихийные бедствия
- ✓ увечья или инвалидность родителей.

### СИТУАЦИЯ В СЕМЬЕ (В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ ИЛИ В ПРОШЛОМ)

Важно осознать, что, несмотря на различные причины изъятия ребенка из семьи, он продолжает любить своих родителей. Проблемы в семьях приводят к различным поведенческим и эмоциональным дисбалансам в жизни ребенка. Некоторые смогут говорить об этом открыто, другие предпочтут молчать и не обсуждать вопрос. В любом случае Наставники должны быть очень внимательными, не высказывая личных суждений о семье Воспитанника. Некоторым Наставникам будет трудно удержаться от субъективных оценок семьи и родителей своего Воспитанника, так как, по их мнению, они не смогли создать нормальных условий для жизни ребенка. Поэтому очень важно, чтобы Наставник был максимально объективным, для того, чтобы помочь ребенку самому разобраться в своих чувствах. Важно также поддерживать позитивные чувства и отмечать все хорошее, что было у ребенка в прошлом.

### РЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ

У детей-сирот часто случаются конфликты с окружающими (социальными работниками, приемными родителями, учителями, другими детьми). Необходимо, чтобы Наставники оставались нейтральными в своих оценочных суждениях и не принимали ничьей стороны. Для того, чтобы поддержать своего Воспитанника, Наставнику необходимо выслушать ребенка без высказывания каких-либо суждений и мнений, и совместно с другими участниками конфликта попытаться решить эту проблему. Это может также показаться трудным для некоторых Наставников, которые могут слишком привязаться к своему Воспитаннику и соответственно желать защитить его. Или же наоборот, критиковать ребенка за его неумение разрешать, казалось бы, на первый взгляд простые ситуации.



## ШКОЛЬНАЯ УСПЕВАЕМОСТЬ

Наставник должен помогать ребенку в пределах его потенциальных возможностей. Не стоит требовать от ребенка того, что не соответствует его возможностям. Если потенциальных возможностей ребенка достаточно для нормального развития, то Наставник не должен поддерживать нежелание ребенка учиться и развиваться, а наоборот, должен мотивировать ребенка развиваться и помогать ему в этом.

## ПРАВОНАРУШЕНИЯ

Существует суждение, что все дети-сироты – это потенциальные преступники. Необходимо признать, что дети-сироты действительно входят в группу риска, они склонны к правонарушениям. Это может означать, что молодые люди требуют к себе повышенного внимания как со стороны Службы по делам детей, так и правоохранительных органов. Наставники, в свою очередь, могут постараться осуществить превентивные меры, соблюдая при этом тактичность и осторожность. Наставник должен понимать, что он может стать единственным человеком в жизни ребенка, которому он сможет доверять. При условии, что Наставник не будет стараться стать еще одним взрослым постоянно «читающим морали» и учащим его «как жить». Для того, чтобы объяснять негативные последствия правонарушений и преступного образа жизни, необходимо вначале построить доверительные взаимоотношения с Воспитанником. Огромное значение может сыграть личный положительный пример Наставника, который может оказаться более красноречивым, чем тысяча слов.

## НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Многие дети-сироты уже имеют опыт приема различных психотропных веществ, вследствие асоциального образа жизни семьи и негативного влияния улицы. Важно понимать, что эта проблема имеет чисто индивидуальный характер. Коллективные беседы на тему: «Вред курения» и т.д. вряд ли будут иметь плоды. Наставник должен понимать, что его субъективные суждения и нравоучения будут иметь скорее отрицательные последствия. Воспитанник может просто замкнуться в себе, и вообще перестать говорить с Наставником. Самый легкий путь вызвать противодействие или, более того, открытый конфликт со стороны Воспитанника – это сказать: «То, что ты делаешь – неправильно или вредно». Воспитанники нуждаются в том, чтобы быть услышанными. Наставник может только попытаться понять причину употребления или пристрастия Воспитанника к психотропным веществам. Чаще всего подростки делают это в угоду моде, компании или для того, чтобы заглушить боль и проблемы, возникающие в их непростой жизни. Очень важно, чтобы Наставник не пытался стать психотерапевтом или врачом – наркологом. Необходимо знать, что подобные проблемы должен решать специалист. И роль Наставника,

в этом случае, помочь ребенку принять собственное решение обратиться к врачу или психологу. Важно понять, что необходимо устранить причину, а не пытаться бороться с последствиями.

### ПРОЯВЛЕНИЯ РАННЕЙ СЕКСУАЛЬНОСТИ

Это еще одна тяжелая тема для обсуждения с подростками и детьми. Построение высокого уровня доверительных взаимоотношений между Воспитателем и Наставником важно также и для того, чтобы мнение взрослого было принято. Следует быть особенно осторожным при обсуждении этого вопроса, избегая критических суждений. Соблюдайте конфиденциальность и тактичность. Наставнику следует высоко ценить откровенность Воспитанника (если таковая имеется).

Причины ранней сексуальной активности могут быть разными: сексуальное насилие в детстве, негативный пример распущенного поведения родителей ребенка и др. Наставникам в решении этой проблемы необходимо быть терпеливыми не критичными слушателями. А также обратиться к специалистам в данной области (психологу, сексопатологу), соблюдая строгую конфиденциальность. Для помощи ребенку необходима командная работа всех, кто на данном этапе заботится о ребенке. И Наставник может стать частью этой команды, не подорвав при этом доверия Воспитанника.

### МЕДИКАМЕНТОЗНОЕ ЛЕЧЕНИЕ

Наставнику следует изучить оценку потребностей ребенка, чтобы точно знать особенности физиологии Воспитанника. Если ребенок пребывает под постоянным медицинским присмотром, Наставник должен иметь хотя бы элементарные познания в области медицины, чтобы при необходимости оказать первую помощь. Если ребенок просто должен регулярно принимать определенные медицинские препараты, Наставнику необходимо быть очень внимательным к любым необычным проявлениям и изменениям в состоянии здоровья своего Воспитанника, и при необходимости сразу же обращаться к специалистам.

### ПСИХИЧЕСКИЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Наставник должен помнить, что он не является психологом или врачом для своего Воспитанника. Однако, это не означает, что Наставник не может беседовать с ребенком о его эмоциональном состоянии. Но важно вовремя распознать границу своих полномочий, и понять, что та или иная проблема является полем деятельности психотерапевта. Наставник, в данном случае, может помочь в организации консультаций у специалиста. Очень часто Воспитанник может избегать встреч со специалистами, не желая «рассчитываться» со своими проблемами. Наставник может помочь в поддержании мотивации к лечению, проводя разъяснительные беседы с Воспитанником. Ребенку необ-

ходимо объяснить почему положительные результаты лечения так важны для его дальнейшей жизни.

Наставник может стать мощным «поддерживающим фактором» для Воспитанника. На данном этапе очень востребована командная работа всех воспитателей и специалистов, которые окружают ребенка.

## КУЛЬТУРНЫЕ ОТЛИЧИЯ

Вполне естественно, что Воспитанник и Наставник могут принадлежать к разным социокультурным слоям общества. Для осознания отличий между ними и предупреждения разногласий важно, чтобы Наставники воспитывали в себе социокультурные компетенции.

## УХУДШЕНИЕ ПОВЕДЕНИЯ

Когда Наставник сталкивается с проблемным поведением Воспитанника, необходимо знать к кому обратиться за помощью и поддержкой (психолог, социальный педагог). В рамках программы работает «горячая» телефонная линия, а также доступны советы психолога и педагога на сайте в интернете, где Наставник может задать свои вопросы. Если же проблемное или вызывающее поведение проявилось в момент совместного посещения общественных мероприятий, Наставнику стоит прервать визит и вернуться в учреждение (так как он несет личную ответственность за жизнь и здоровье Воспитанника). Позже, в спокойной атмосфере, следует обсудить причины вызывающего поведения и обратить внимание Воспитанника на нормы поведения, существующие в обществе.

Если поведение Воспитанника может угрожать его физическому или эмоциональному здоровью (попытки самоубийства, угроза оружием, нервные срывы), Наставнику следует сообщить об этом координатору программы, а также дирекции заведения. Сообща вы сможете быстрее и качественнее помочь Воспитаннику, чем если вы будете пытаться скрывать эти факты в надежде справиться самостоятельно.

## ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

### ЧТО ТАКОЕ НАСТАВНИЧЕСТВО?

*Слово «наставничество» произошло от английского слова «mentor», что означает «наставник». Ментором звали героя древнегреческой мифологии, который слыл мудрым советчиком, пользовался всеобщим доверием. До недавнего времени это слово сохраняло свое значение. Именно его часто употребляли политики, спортсмены, актеры и другие люди для описания человека, оказавшего на них значительное влияние на разных этапах карьеры.*

## КТО ТАКОЙ НАСТАВНИК?

*Наставник – это заботливый взрослый друг, который становится для ребенка или подростка значимым человеком, который хочет и может посвящать ему свое время, знания и силы. У большинства из нас на определенных этапах нашей жизни обязательно был положительный опыт общения со значимыми людьми: учителями, тренерами, руководителями. Эти люди повлияли на наш выбор ценностей, жизненные принципы, а также поступки. Они были для нас примерами, защитниками, советчиками и просто друзьями, помогая и поддерживая в поиске индивидуальных жизненных целей. Роль же Наставника гораздо важнее, потому что он объединяет все эти функции, исполняет многие роли во взаимоотношениях с ребенком.*

## КОГДА Я СТАНУ НАСТАВНИКОМ, ЧЕМ Я СМОГУ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ?

*Наставник при взаимодействии и общении с ребенком целенаправленно достигает основные цели:*

- ✓ *обучить ребенка навыкам самостоятельной жизни в обществе;*
- ✓ *привить культурные, духовные и моральные ценности;*
- ✓ *помочь развить свой потенциал и определить жизненные цели;*
- ✓ *стать ему верным другом и опорой в сложных ситуациях.*

## КТО МОЖЕТ СТАТЬ НАСТАВНИКОМ?

*Наставником может стать совершеннолетний психически здоровый человек, обладающий общепринятыми моральными качествами, у которого есть возможность и желание помогать детям.*

## КАК МНЕ САМОСТОЯТЕЛЬНО ОПРЕДЕЛИТЬ, СМОГУ ЛИ Я БЫТЬ НАСТАВНИКОМ? КАКИЕ МОГУТ БЫТЬ КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ МОИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ?

*Прежде чем решиться на такой серьезный шаг, нужно взвесить все «за» и «против», помня о том, что Наставничество подразумевает долгосрочные близкие отношения с ребенком, в процессе которых он привязывается к вам, а вы к нему. Любой разрыв отношений или непостоянство с вашей стороны (не важно, по какой причине) болезненно и травмируют вашего Воспитанника.*

*Поэтому оценкой ваших возможностей стать хорошим Наставником, будут ответы на такие вопросы:*

- 1.** *Смогу ли я стабильно и постоянно минимум раз в неделю посещать ребенка в интернате или в детском доме.*
- 2.** *Позволит ли мне это делать состояние моего здоровья (по крайней мере на данный момент).*
- 3.** *Не будут ли мои ближайшие родственники против того, что я буду несколько часов в неделю посвящать «чужому» ребенку и отсутствовать дома?*

## КАКОЙ ДОЛЖНА БЫТЬ МИНИМАЛЬНАЯ ИЛИ МАКСИМАЛЬНАЯ РАЗНИЦА В ВОЗРАСТЕ НАСТАВНИКА И РЕБЕНКА?

Поскольку основной целью Наставника является передача позитивного опыта и знаний, то наличие этих самых знаний и у него очень важно. Тут возраст не является основным критерием. У нас в Программе было несколько пар, где Наставнику и Воспитаннику было по 18 лет. Вы спросите, чему же может научить такой Наставник? Но важно помнить, что молодой человек, который воспитывался в семье среди любящих и заботливых людей, однозначно успел за свои 18 лет получить значительно больше позитивного опыта и моральных ценностей, которые он сможет передать своему Воспитаннику – другу, который волею судьбы оказался в учреждении с детства. В данном случае мы получим наставнические взаимоотношения, основанные на дружеских отношениях, на взаимном доверии и партнерстве. Но бывает, что между Воспитанником и Наставником солидная разница в возрасте, и тогда ребенок воспринимает своего Наставника как опытного взрослого, и здесь взаимоотношения будут строиться на уважении и почтении.

Можем сделать вывод, что разница в возрасте не является самым важным критерием, главное, чтобы возможности Наставника соответствовали потребностям ребенка.

## СЛЕДУЕТ ЛИ ПРИГЛАШАТЬ ВОСПИТАННИКА К СЕБЕ ДОМОЙ?

На этот вопрос нет однозначного ответа. С одной стороны, возможность провести время в семейной обстановке может помочь ребенку-сироте приобрести жизненные навыки. Посещение семьи поможет выработать у ребенка чувство принадлежности, а также сблизить его с Наставником. С другой стороны, существует определенная опасность для посещения ребенком-сиротой дома своего Наставника. Факторами риска могут стать:

- ✓ негативный микроклимат в семье Наставника;
- ✓ предвзятое отношение членов семьи Наставника к ребенку-сироте;
- ✓ желание Воспитанника остаться в семье Наставника навсегда;
- ✓ эмоционально нестабильное состояние Воспитанника, которое не позволит ему наладить здоровые взаимоотношения с остальными членами семьи Наставника (необходимо учитывать, что ребенок, который воспитывался всю жизнь в коллективе, может не обладать навыками построения личностных взаимоотношений);
- ✓ возраст Воспитанника (чем младше ребенок, тем он более болезненно может отнестись к факту возвращения из семьи в коллективное учреждение, что в свою очередь может травмировать его еще больше).

В любом случае, все возможности выхода ребенка-сироты за пределы интерната (посещения концертов, выставок, прогулки, а также визиты в семью Наставника) должны заранее оговариваться с дирекцией учреждения и воспи-

тателями (психологом, социальным работником) и координатором Программы Наставничества. Необходимо принять коллективного решения о пользе или вреде посещения ребенком семьи своего Наставника.

### КАК СИЛЬНО НЕ ПРИВЯЗАТЬ К СЕБЕ РЕБЕНКА?

Еще в процессе подготовки ребенка к наставническим взаимоотношениям важно, чтобы специалисты детского учреждения (воспитатель, психолог, педагог) правильно объяснили кто такой Наставник, его роль и функции. Программа Наставничества, прежде всего, рассчитана на подростков, возраст, когда ребенок уже в состоянии понять разные социальные роли людей. Соответственно можно доходчиво растолковать, что Наставник – это не мама и папа, не дядя или тетя, а взрослый, заботливый друг, который хочет общаться с Воспитанником и помочь ему достичь целей в жизни. Дети младшего школьного возраста едва ли представляют себе роль Наставника, и все-таки более склонны к формированию более стойкой привязанности, и как бы там ни было, ждут семью и родителей.

Далее многое зависит от самого Наставника, от его максимальной искренности в общении, а главное – от его профессиональной подготовленности к взаимоотношениям с ребенком. Читайте психологическую и педагогическую литературу, по возможности пройдите обучение на тренинге для Наставников, ознакомьтесь с информацией на сайте Программы Наставничества, зарегистрируйтесь на Всеукраинском форуме для Наставников.

### Я САМ НИЧЕГО НЕ УМЕЮ, ЧЕМУ ЖЕ Я МОГУ НАУЧИТЬ?

Вы просто недооцениваете свои силы! Взрослый человек всегда найдет чем поделиться с подростком. Есть масса вещей, которые мы даже и не воспринимаем как наши особенные знания. Например: как определить свежесть хлеба или мяса, где лучше покупать продукты (на базаре или в магазине), как спланировать бюджет или одеться по погоде. Все то, что для нас есть обыденным и привычным, для ребенка-сироты может стать открытием. Многие женщины умеют шить, вязать, вышивать. Практически каждая умеет готовить. И это тоже огромные и неоценимые знания, которые женщина может передать девушке-подростку, которой скоро самой придется заботиться о себе во взрослой жизни. Мужчины, в свою очередь, могут передать свой опыт владения профессией, обучить азам ремонта по дому и решению повседневных бытовых задач (замена лампочки, ремонт крана, покраска окна и др).

### ЕСЛИ МОЙ ВОСПИТАННИК ГРУБО ОТЗЫВАЕТСЯ ИЛИ ЖАЛУЕТСЯ НА ДИРЕКТОРА ИЛИ ВОСПИТАТЕЛЕЙ – КАК МНЕ, КАК НАСТАВНИКУ, РЕАГИРОВАТЬ?

Самое главное, что нужно запомнить: ни в коем случае не позволяйте втянуть себя в конфликт! Даже если ребенок абсолютно прав и отношение

к нему со стороны работников учреждения несправедливо негативно. Лучше всего спокойно выслушать ребенка, не «поддакивая» его жалобам, и сказать, что в любом конфликте всегда участвуют две стороны и возможно такое отношение к нему воспитателя стало реакцией на его (ребенка) не совсем хорошее поведение. Или этот конфликт – результат недопонимания. Предложите Воспитаннику обсудить это вопрос еще с кем-то (может непосредственно со второй стороной конфликта). В любом случае не давайте никаких обещаний, а просто скажите, что вы попытаетесь во всем разобраться. Если жалобы повторяются снова, можно будет осторожно попытаться поговорить с психологом или педагогом учреждения. Помните, что любой конфликт, может существенно навредить ребенку.

### НАША ИНИЦИАТИВНАЯ ГРУППА НА ПРАЗДНИКИ ПОСЕЩАЕТ ИНТЕРНАТЫ С ТЕАТРАЛЬНЫМИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯМИ И ПОДАРКАМИ В ВИДЕ СЛАДОСТЕЙ И ИГРУШЕК – ЭТО ТОЖЕ НАСТАВНИЧЕСТВО?

Детей-сирот в интернатах посещают многие благотворительные, общественные и религиозные организации. В основном целью визита является организация детского досуга (на основные детские праздники), предоставление финансовой помощи и т. д. Такая помощь очень важна и нужна для интернатов, которые зачастую испытывают нехватку средств. Но важно помнить, что только индивидуальный и постоянный контакт взрослого с ребенком помогает ему поверить в то, что он действительно не одинок, что у него (у него ЛИЧНО!) есть тот человек, который принимает его таким, какой он есть, заботится о нем, жертвует для него своим временем. Дети, живущие длительное время в коллективе, более всего нуждаются в личном контакте, то есть в индивидуальном наставничестве. Поэтому попробуйте сделать свою работу с детьми еще эффективнее – переориентируйте вашу команду (группу, единомышленников) на личные встречи с детьми.

### РЕБЕНОК ПОПРОСИЛ ДОРОГОЙ ПОДАРОК. ДАРИТЬ ИЛИ НЕ ДАРИТЬ?

Дарить дорогие подарки ребенку не стоит, даже если у вас есть такая финансовая и материальная возможность. Любой подарок, особенно дорогой, развивает и поддерживает в детях-сиротах потребительское отношение: мне дают и должны давать, потому что я сирота. Воспитанникам дают так много подарков со стороны множества благотворительных организаций, что со временем подарки воспринимаются как неотъемлемая часть их жизни.

Если ребенок просит дорогой подарок, то в зависимости от возраста Воспитанника нужно постараться определить, осознает ли сам ребенок стоимость подарка или нет. Если осознает, то можно обсудить почему (для чего) он просит именно этот подарок или какая польза от данного подарка (что он будет с ним делать). Часто дети просят что-то только потому, что это по-

дарили кому-то другому, а у меня этого нет или же это дань моде, он видел это в рекламе и т. д. После такого разговора ребенок может сам понять, что в данный момент это ему не нужно.

Также постарайтесь объяснить, что стоимость просимого подарка равняется, например, вашему недельному заработку, и чтобы получить эту сумму, необходимо приложить много труда и времени. Именно поэтому вы не можете позволить себе потратить данную сумму, ведь у вас есть семья и текущие расходы.

Главное, будьте честными и искренними с ребенком. Не бойтесь, что после отказа ваши отношения с ним испортятся. Вы действуете в интересах Воспитанника, он поймет вас, пусть даже и не сразу.

Еще один совет: чтобы не попадать в подобные неловкие ситуации – не спрашивайте ребенка, что ему подарить, например, на день рождения. Выберите сами недорогой, но полезный для него подарок, ведь для ребенка самое главное не подарок, а ваши отношения с ним.

## МОЖНО ЛИ ДЕТЯМ ДАВАТЬ ДЕНЬГИ?

Деньги детям давать нельзя, потому что большинство из них не знает цену деньгам и не умеет ими распоряжаться. Получив от вас деньги, ребенок, скорее всего, в лучшем случае потратит их либо на что-нибудь ненужное или бесполезное. В худшем – купит сигареты, алкоголь и т. п., ведь все это так заманчиво выглядит со стороны, и ребенку не устоять перед соблазном выглядеть старше и круче. Если Воспитанник просит деньги на недорогие и необходимые ему вещи, как например тетрадку, ручку, альбом и другое, то либо купите их сами и подарите ему, либо по возможности сходите вместе в магазин и пусть он купит их сам с вашей помощью. Так он будет учиться правильно распоряжаться деньгами и самостоятельно делать покупки.

## ЕСЛИ РЕБЕНОК ПРОСИТ ЗАБРАТЬ К СЕБЕ ДОМОЙ НАВСЕГДА?

Этот вопрос дети задают довольно часто, поэтому если он прозвучал, не нужно теряться и переживать, что не можете забрать ребенка к себе. Помните, что вы пришли в Программу Наставничества и стали Наставником с целью обучить ребенка определенным навыкам самостоятельности, помочь развить свой потенциал и стать ему верным другом и опорой в любых ситуациях. Поэтому еще раз спокойно объясните все это своему Воспитаннику. Будьте искренними, рассказывая ему о том, что не можете его забрать по причине семейных, личных или других обстоятельств в вашей жизни, поэтому и стали его Наставником, чтобы всячески помогать ему и поддерживать его.



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МНОГО ДЕЛАЕШЬ ДЛЯ РЕБЕНКА, НО БОЛЬШИХ ВИДИМЫХ ПЕРЕМЕН В ЕГО ЖИЗНИ НЕ ПРОИСХОДИТ И СО ВРЕМЕНЕМ НАСТУПАЕТ ОЩУЩЕНИЕ БЕЗЫСХОДНОСТИ?

*Реальность такова, что с детьми из учреждений не так легко взаимодействовать. У большинства из них нелегкое прошлое, поэтому чтобы научить ребенка полезным вещам, потребуется много терпения и сил. Чтобы избежать ощущения безысходности во время взаимодействия с ребенком – реально оцените его потребности и возможности, и не ставьте завышенных ожиданий по отношению к нему и тому, что вы хотите достигнуть. Пусть это будут краткосрочные небольшие цели, например такие, как обучение Воспитанника определенным жизненным навыкам: мыть руки перед едой, приходиться вовремя на встречу, здороваться, аккуратно складывать свои вещи и бережно к ним относиться. Для вас это будет казаться мелочью, а для ребенка это может быть важнейший жизненный навык, который поможет ему в будущем легче адаптироваться к новой жизни после выхода из государственного учреждения.*

*Старайтесь чаще советоваться со специалистами: координатором Программы Наставничества, психологом, социальным педагогом – они помогут вам поставить правильные цели и взаимодействовать с ребенком. Также общайтесь с другими Наставниками: взаимоподдержка и взаимопомощь всегда помогают двигаться дальше уверенно.*

## ДЕТИ СПРАШИВАЮТ: «ПОЧЕМУ ТЫ ЭТО ДЕЛАЕШЬ – ПОМОГАЕШЬ И ПРИХОДИШЬ КО МНЕ?». ЧТО ИМ ОТВЕЧАТЬ?

*Отвечайте честно и искренно о ваших чувствах и целях прихода к ребенку. Он задает этот вопрос только потому, что хочет услышать, что вы приходите к нему не для того, чтобы поставить галочку, а что он действительно важен и ценен для вас. Расскажите ему об этом.*

## РЕБЕНОК НИЧЕГО НЕ ХОЧЕТ ДЕЛАТЬ: КАК МОТИВИРОВАТЬ ЕГО К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ?

*Возможно, это связано с тем, что находясь в учреждении, он делает все по указанию и определенному расписанию: у него нет выбора в действиях, он не может самостоятельно принимать решения, и со временем полностью привыкает к этому. Когда же у Воспитанника появляется возможность выбора, который вы ему предлагаете, оказывается, что он не способен справиться с предоставленной свободой. Ее он воспринимает следующим образом: я могу сказать «да» или «нет», а поскольку долгие годы сказать «нет» было невозможно, то ребенок выбирает именно «нет». Отказы – это естественная реакция на длительное принуждение, с которым сталкивался Воспитанник. Поэтому, зная интересы и потребности ребенка, дозируйте свободу, давайте ее постепенно, чтобы он учился ее использовать. При этом, запланировав для него какое-нибудь занятие,*

делайте это вместе с ним, будь-то чтение книги, вязание крючком или занятия спортом. Позаботьтесь, чтобы процесс был увлекательным. Например, если вы хотите научить ребенка лучше читать, выберите для этого не какую-нибудь скучную статью, а познавательный журнал (книгу) на интересующую его тему. Для девочек это может быть книга «Юная леди», для мальчиков – журнал о футболе и т.п. Не ставьте планку высоких ожиданий от детей: невозможно научиться за год тому, чему они должны были учиться всю жизнь.

## МОЖНО ЛИ ПОДАРИТЬ МОБИЛЬНЫЙ ТЕЛЕФОН, ЧТОБЫ ИМЕТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ЧАЩЕ ОБЩАТЬСЯ С ВОСПИТАННИКОМ?

В большинстве учреждений не рекомендуют и даже запрещают детям иметь мобильные телефоны. Это связано с тем же: получив дорогой подарок, ребенок не умеет правильно с ним обращаться. Он либо сразу же выговаривает деньги, положенные на счет, либо постоянно играет в игры, которые есть в телефоне. Бывали случаи, когда имея мобильный телефон, дети ночью ради забавы звонили на случайно набранные номера и говорили людям нехорошие вещи. Поэтому, прежде чем принять окончательное решение дарить или не дарить телефон, учтите вышеописанные факты и уточните у персонала учреждения, разрешается ли детям иметь мобильные телефоны.

Если взвесив все «за» и «против», вы видите, что риск того, что подаренный вами телефон будет использован не по назначению, минимален, и ребенку в учреждении разрешается иметь телефон, вы можете подарить его Воспитаннику. Перед этим обязательно оговорите с Воспитателем условия и правила пользования телефоном, время и дни, когда можно вам звонить. Купленный телефон должен быть недорогим и простым: без доступа к интернету и игр – это сократит возможность использовать его не по назначению.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ ЗАНИМАТЬСЯ ТЕМ, ЧТО ПРЕДПИСАНО ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ ВСТРЕЧИ ПО ПЛАНУ?

Нежелание ребенка заниматься именно сегодня чем-то конкретным может быть связано с разными причинами. У него может быть просто плохое настроение, был нелегкий и тяжелый день, кто-то его обидел, что-то не получилось и т.д. Поэтому не стоит настаивать и давить на него. Отложите ваши планы, попробуйте переключить его внимание на что-то другое и аккуратно выясните, что случилось. Проведите это время вместе, как ему хочется, а то, что вы запланировали, можно сделать и в следующий раз.

## ТРУДНОЕ ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА: ПОЧЕМУ ЭТО ПРОИСХОДИТ И ЧТО ДЕЛАТЬ?

Трудным поведением ребенка может быть ложь, воровство, агрессия, замкнутость, упрямство, нецензурные слова и многое другое. Причины такого поведения могут быть разные, но в основном это:

- ✓ страх, вызванный чувством незащищенности и повышенным ощущением опасности;
- ✓ самозащита своих границ и своего «я» (чтобы не обидели);
- ✓ желание таким образом привлечь к себе внимание и самовыразиться;
- ✓ испытание вас «на прочность» (будете ли вы любить и принимать его таким, какой он есть).

*Чтобы повлиять на изменение трудного поведения, нужно помнить, что за ним чаще всего стоят невосполненные потребности ребенка. Постарайтесь увидеть за поведением Воспитанника его потребность в любви, принятии, чувстве защищенности, уверенности, что он принят и его ценят. Помогая ребенку восполнять потребности, вы увидите как будет меняться его поведение.*

### МОЖНО ЛИ БРАТЬ НА ВСТРЕЧИ С РЕБЕНКОМ В ИНТЕРНАТЕ СВОЕГО РЕБЕНКА?

*Это во многом зависит от возраста вашего ребенка. Если он еще маленький и требует внимания, то у вас не получится уделить достаточно времени, внимания и заботы вашему Воспитаннику. А именно для этого вы пришли к нему в интернат. Поэтому не стоит брать с собой маленького ребенка.*

*Если же ваш ребенок уже достаточно взрослый и самостоятельный, может сам о себе позаботиться и не будет вам мешать, то по договоренности с персоналом учреждения и с разрешения вашего Воспитанника (вдруг он сам не захочет делить ваше внимание с кем-то), можно взять ребенка с собой.*

### МОЖНО ЛИ ОБЪЕДИНЯТЬСЯ С НЕСКОЛЬКИМИ ПАРАМИ НАСТАВНИКОВ И ВОСПИТАННИКОВ И, ТАКИМ ОБРАЗОМ, ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ?

*Да, можно. Особенно если Воспитанники двух пар неприязненно относятся друг к другу. Совместно проведенное время поможет детям примириться, найти общий язык. Это поможет расширить круг общения каждого ребенка. Но делать это стоит не более одного (иногда двух) раза в месяц, чтобы не лишить Воспитанника индивидуальных встреч и индивидуального общения с вами.*

### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МНЕ КАЖЕТСЯ, ЧТО Я УДЕЛЯЮ ВОСПИТАННИКУ НЕДОСТАТОЧНО ВРЕМЕНИ, ЧТО МОЯ ОТДАЧА «НЕ В ПОЛНУЮ СИЛУ», А ЗНАНИЙ НЕДОСТАТОЧНО?

*Всегда нужно реально оценивать свои возможности и силы, ставить реальные цели и ожидания. Здесь может быть 2 ситуации: вы действительно можете больше (например, больше проводить времени с Воспитанником), или вы стараетесь и делаете все возможное, но при этом вы слишком требовательны и критичны к себе. Проанализируйте все спокойно, посоветуйтесь со специалистами, которые помогут сделать правильные выводы.*

*В любом случае вы делаете уже много, когда приходите к ребенку, проводите с ним время, давая ему чувство значимости и защищенности, поддерживая его и помогая ему.*

## НУЖНО ЛИ СОВЕТОВАТЬСЯ СО СВОИМИ РОДНЫМИ И БЛИЗКИМИ, А ТАКЖЕ С БИОЛОГИЧЕСКИМИ ДЕТЬМИ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ РЕШИТЬСЯ ПОМОГАТЬ РЕБЕНКУ-СИРОТЕ?

*Советоваться нужно обязательно, особенно с теми, кто может существенно повлиять на ваше решение. Ведь определенную часть (пусть и небольшую) вашего времени, сил, внимания и заботы, которая раньше могла принадлежать им, вы будете отдавать «чужому» ребенку. Это может кому-то не понравиться. Поэтому, чтобы в дальнейшем избежать ссор, ревности, разногласий и конфликтов в семье, заранее получите от родных и близких их согласие и одобрение на ваше взаимодействие с ребенком-сиротой.*

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ В СИЛУ РАЗНЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ ДЛИТЕЛЬНОЕ ВРЕМЯ НЕ СМОГУ ПОСЕЩАТЬ РЕБЕНКА?

*Если вы знаете об этом заранее, предупредите ребенка о том, что, например, в течение 2–3 месяцев из-за командировки по работе в другой город вы не сможете приходить к нему. Объясните ему, что это рабочая необходимость, что вам очень жаль, что так долго у вас не будет возможности встретиться, и что вы будете скучать. Найдите альтернативный вариант связи с Воспитанником: телефонные звонки, письма по почте или интернет.*

*Если это случится неожиданно для вас (например, вы заболели), то обязательно найдите способ сообщить об этом ребенку и продолжайте поддерживать с ним связь через звонки, письма, интернет. Для ребенка важно, что вы не бросили его и помните о нем.*

## В ТЕЧЕНИЕ КАКОГО ВРЕМЕНИ НАСТАВНИКУ НУЖНО ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ С РЕБЕНКОМ?

*Наставничество – это долгосрочные отношения, в процессе которых вы достигаете тех целей, ради которых вы становитесь Наставником. Эти отношения в процессе взаимодействия с ребенком могут принимать разную форму. Например, когда ребенок находится в интернате, вы посещаете его раз в неделю. После того, как он поступит дальше учиться в ВУЗ – вы можете посещать его раз в месяц и периодически звонить, переписываться по интернету. Другими словами вы разными способами поддерживаете отношения с Воспитанником, достигая основных целей Наставничества: подготовить ребенка к самостоятельной жизни и быть ему верным другом и опорой в любых ситуациях.*

## ЕСЛИ РЕБЕНОК ПРИ МНЕ ЗАКУРИЛ, КАК ПРАВИЛЬНО РЕАГИРОВАТЬ И ЧТО ДЕЛАТЬ?

*Прежде всего, не начинайте читать ему морали и лекции о вреде курения. Гораздо эффективнее будет рассказать ребенку о своих чувствах. Можно сказать: «Ты мне не безразличен, поэтому я переживаю за тебя, так как курение наносит вред твоему здоровью. И мне особенно неприятно и больше ранит меня, когда ты делаешь это при мне. Я буду тебе очень благодарен, если ты при мне не будешь курить». Скорее всего, после таких слов ваш Воспитанник не будет курить при вас.*

## ЕСЛИ РЕБЕНОК СОВЕРШИЛ НЕХОРОШИЙ ПОСТУПОК (НАПРИМЕР, ЧТО-ТО УКРАЛ) И ОЧЕНЬ ПРОСИТ ОБ ЭТОМ НЕ ГОВОРИТЬ НИКОМУ ИЗ УЧРЕЖДЕНИЯ: ГОВОРИТЬ ИЛИ НЕ ГОВОРИТЬ?

*Если ребенок открылся и доверился вам, а его проступок не принес никому значительного вреда и ущерба – значит, его нужно поддержать и никому не докладывать о его поступке. Объясните ему, что это хорошо, что он сказал вам правду, что вы цените его искренность и доверие к вам. Дайте понять, что, несмотря на его отрицательный поступок, вы не поменяли к нему отношения, и по-прежнему любите и принимаете его. Но обязательно предупредите, что любой негативный поступок влечет последствия, за которые придется нести ответственность. Поэтому, хотя в этот раз о его поступке вы никому не скажете, но в следующий раз, возможно, придется об этом кому-то рассказать.*

## РЕБЕНОК ГОВОРИТ НАСТАВНИКУ, ЧТО ЕГО БЬЕТ И ОБИЖАЕТ ВОСПИТАТЕЛЬ. ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОЙ СИТУАЦИИ?

*После того, как вы выслушали первоначальный рассказ ребенка, постарайтесь более подробно выяснить, что же именно происходит, при каких обстоятельствах, как часто, есть ли свидетели конфликта Воспитанника и воспитателя. Спросите о том, сможет ли он подтвердить то, что говорит сейчас, в разговоре с кем-то из учреждения, где он находится. В процессе разговора с ребенком может выясниться, что он просто лжет, и этим хочет втянуть вас в конфликт с работниками учреждения. Если же вы убедились, что Воспитанник не обманывает и дела обстоят действительно так, как он и говорит, то не стоит поддаваться негативным эмоциям, т.е. сразу браться в бой с «провинившимся» воспитателем. Подумайте, с кем из учреждения можно поговорить, чтобы не спровоцировать еще больший конфликт, тем самым не помогая, а еще больше нанося вред ребенку, ведь вы не можете быть с ним 24 часа в сутки. После поговорите именно с этим человеком: психологом, юристом, директором, тем, кто услышит, поймет вас и поможет ребенку уладить конфликт с воспитателем.*

## НЕСКУЧНЫЕ ИДЕИ ДЛЯ ЦЕЛОГО ГОДА НАСТАВНИЧЕСТВА

- ✓ Определите совместные цели общения с Воспитанником.
- ✓ Делайте вместе домашнее задание.
- ✓ Привлекайте Воспитанника к приготовлению обеда и обедайте вместе!
- ✓ Сходите в кино, на концерт, погуляйте вместе.
- ✓ Почитайте вместе журналы или интересные книги.
- ✓ Планируйте свои совместные выходные.
- ✓ Научитесь слушать вместе с ним современную музыку.
- ✓ Поговорите о своей сегодняшней работе и вспомните о своей первой работе.
- ✓ Поговорите о выборе профессии и о возможностях карьерного развития.
- ✓ Пригласите его к себе на работу.
- ✓ Пригласите его на пикник, где будут ваши коллеги по работе.
- ✓ Посетите местные колледжи и институты, просмотрите требования к абитуриентам.
- ✓ Пусть ваши друзья расскажут вашему Воспитаннику о своей работе и образовании.
- ✓ Расскажите о финансовой стороне той или иной профессии.
- ✓ Поработайте над резюме вашего Воспитанника.
- ✓ Помогите подготовиться к собеседованию при поступлении в учебное заведение или приеме на работу.
- ✓ Поговорите о внешнем виде, стилях одежды.
- ✓ Обсудите возможности поиска работы и помогите Воспитаннику в этом.
- ✓ Постарайтесь организовать Воспитаннику работу на лето.
- ✓ Расскажите о сети предприятий, приглашающих на работу молодых людей без опыта.
- ✓ Побеседуйте о сложностях и ответственности на рабочем месте.
- ✓ Научите Воспитанника планировать бюджет.
- ✓ Познакомьте его с технологией оплаты различных счетов (коммунальные услуги, телефон и т. д.)
- ✓ Сходите в местную поликлинику, познакомьтесь с участковым врачом.
- ✓ Посетите стоковые магазины, сходите на рынок.
- ✓ Научите его торговаться.
- ✓ Научите Воспитанника распределять продукты питания на неделю, сделайте первую закупку вместе.
- ✓ Напишите вместе поздравительные открытки, письма знакомым.
- ✓ Сходите на Богослужение вместе. Научите Воспитанника правилам поведения в церкви.
- ✓ Пригласите Воспитанника на семейное торжество к своим друзьям.
- ✓ Поговорите с ним о семейных традициях, о важности семьи.

- ✓ Поговорите о ролях отца и матери в семье, о месте детей и о важности построения взаимоотношений.
- ✓ Поговорите о будущем воспитании детей.
- ✓ Старайтесь быть рядом и стать для своего Воспитанником настоящим другом, тогда у вас возникнет еще множество идей!

## ИСТОРИИ НАСТАВНИЧЕСТВА

Ознакомившись с распространенными заблуждениями и мифами относительно детей, которые воспитываются в государственных учреждениях, хотелось бы рассказать и об историях успешных взаимоотношений между Наставниками и Воспитанниками. Каждая из этих историй – неповторна, но их объединяют терпение, понимание и кропотливый труд, а также смелость, с которой Наставники и Воспитанники открыли себя друг другу. Некоторыми из этих историй с нами поделились сами Наставники, а некоторые рассказали специалисты – координаторы, вовлеченные в Программу Наставничества.

### ИСТОРИЯ НАСТАВНИЦЫ ИРИНЫ: «ГЛАВНОЕ, ЧТОБЫ ГЛАВНОЕ ОСТАВАЛОСЬ ГЛАВНЫМ»

*С моим Воспитанником Артемом я познакомилась три года назад в гостях у общих знакомых. Я узнала, что он выпускник интерната из другого города и приехал учиться в Киев, поступил в институт на льготных основаниях. Артем не был похож на моих знакомых, был замкнутым, недоверчивым, а иногда что-то высказывал вслух, но это звучало грубо и совсем не к месту. Видно было, что он хотел влиться в коллектив, подружиться, иметь значимость, но все получалось как-то неуклюже. Все его одергивали и постоянно делали замечания, создавалось такое впечатление, что он специально так себя вел, чтобы ему сделали это замечание. Я видела, что он расстраивается, когда у него не получается общаться так, как это принято, что есть какая-то потерянности, неуверенность в себе.*

*Я заинтересовалась его судьбой и мне захотелось помочь ему. Я видела, что у Артема доброе сердце, видела как он любит играть с маленькими детьми, любит общаться, ходить в гости. Также я узнала, что всю свою жизнь он прожил в интернате, еще в роддоме он был оставлен своей матерью.*

*С Артемом мы подружались, стали больше общаться, но в основном наши разговоры были просто о делах, о проблемах, о разных ситуациях. Я пыталась больше узнать его, мне хотелось понять, как он себя чувствовал, когда жил в интернате, продолжает ли он общаться с прежними друзьями и кто эти друзья. Артем особенно поначалу был очень закрытым и не хотел, чтобы я знала о нем какие-то подробности, он переживал о том, что я в корыстных целях пытаюсь узнать о нем больше. Я объясняла ему, что такое друж-*

ба и что если он не хочет о чем-то говорить, то я не буду настаивать. Так мы и общались на протяжении полутора лет: я помогала ему с учебой, так как Воспитанник за годы обучения в школе-интернате не научился процессу учиться, ему было очень сложно делать домашние задания, ходить не первые пары, строить взаимоотношения с одноклассниками. Иногда он пропадал, долго не звонил или мог по телефону грубить мне, бросать трубку, опаздывать, не приходил на встречи, вел себя так, словно проверяя или ожидая от меня замечания в его адрес. Но мне не хотелось делать ему замечания, так как это делали все, я хотела помочь ему разобраться в том, кто он на самом деле есть. Я видела в нем хорошего человека, не смотря на его плохое поведение. И Артем это понял, он понял что именно так я к нему буду относиться всегда, и только через полтора года наших взаимоотношений он стал открываться. Он поделился тем, что его и других детей из интерната на каникулы отправляли в Испанию и что он хорошо знает испанский язык. Артем рассказал об одной испанской женщине, с которой они поддерживают отношения, и о том, что она присылает ему подарки, звонит часто и заботится о нем. Я поинтересовалась у него, могла ли эта женщина усыновить его, когда он жил еще в интернате, на что Артем ответил, что ему этого хотелось, но она бы не смогла, так как у него на то время были проблемы с документами и что сейчас это невозможно, так он уже взрослый девятнадцатилетний парень. Очевидно, наш разговор с Артемом натолкнул его на то, чтобы в телефонном разговоре с испанкой узнать, хотела ли она раньше усыновить его, на что она ответила, что и сейчас хотела бы это сделать, но думает, что Артем уже этого не хочет. Так, можно сказать, случайно, или совсем не случайно начался процесс по усыновлению Артема.

Не описать здесь, сколько всего произошло за эти три года наших взаимоотношений: это и история, когда Артема выгоняли из института из-за пропусков, когда мне надо было убедить кафедру дать ему еще шанс, это и история когда у него обманным путем забрали большую сумму денег и мне пришлось привлечь знакомых, чтобы мошенник вернул деньги, это и история о том, как мы вместе готовились к его сессии и которую он сдал без троек, это и история когда он перенес тяжелую операцию и мне надо было быть с ним, покупать лекарства, привлекать разных врачей, это и история нашего знакомства и дружбы с будущей мамой Артема, это и общие радости от совместных побед, – много всего было. Могу сказать одно, что Артем стал для меня не просто Воспитанником и даже не просто другом, он стал для меня родным человеком. Мы так и называем себя: родственнички. И надо сказать, что за эти три года не только я учила его жизни, но и он меня. Мне грустно, что Артем уезжает в Испанию, но в то же время очень радостно, что в свои двадцать лет он приобрел маму, бабушку, дедушку и много других испанских родственников. Мне радостно от того, что за три года нашего обще-



ния Артем очень сильно изменился, он стал уверенным, любящим, заботливым. Он полюбил книги и знания, которые можно почерпнуть в них. Он выделяется своей индивидуальностью, а не плохим поведением. Он принимает свои плюсы и минусы и понимает других людей. Он вырос как личность и продолжает формировать свой мужской характер.

Я говорила, что наши взаимоотношения прошли под девизом «Главное, чтобы главное оставалось главным», а что же главное в отношениях наставничества, – спросите вы? А главное это Вера, Надежда и Любовь.

## ИСТОРИЯ О ТОМ, КАК ВОСПИТАННИЦА ПРИОБРЕЛА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ И ДРУГА В ЛИЦЕ НАСТАВНИЦЫ

Девочка Алина из многодетной семьи, ей сейчас 14 лет. У подростка не сложились отношения с мамой, и она убежала из дому. Папа, с которым у Алина были близкие отношения, недавно умер. Девочка до этого посещала 8 класс, но практически не училась, много пропускала школу. Следующий год для Алины выпускной, нужно было определиться с поступлением и выбором профессии. Но это практически не представлялось возможным из-за сильного отставания девочки по школьной программе. При этом Алина очень талантливая: пишет стихи, хорошо рисует, имеет чувство стиля, что касается дизайна.

В данный момент она находится в приюте. В школу ходит с большой неохотой, однако удалось выяснить, что у подростка есть мечта – она хочет стать знаменитым парикмахером.

Девочка определенно нуждалась в общении, а также приобретении каких-нибудь профессиональных навыков, чтобы пойти работать и элементарно себя обеспечивать в будущем.

Алине была подобрана Наставница Татьяна, парикмахер, чтобы обучить девочку всем нюансам данной профессии. Для Воспитанницы это большой плюс, потому что большинство курсов парикмахерского искусства дают теорию, а практики, чтобы после окончания стать хорошим мастером, недостаточно.

Через некоторое время с помощью Наставницы Алина сможет качественно и профессионально делать прически, стрижки и укладки, а значит, – подрабатывать и реализовать свои таланты и способности.

Кроме этого, Наставница и Воспитанница подружились, а это говорит о том, что у девочки есть друг, который может ей помочь и что-то подсказывать в других жизненных вопросах, не связанных с профессиональной деятельностью Наставницы.

## РАССКАЗЫВАЕТ ТАТЬЯНА, КООРДИНАТОР ПРОГРАММЫ НАСТАВНИЧЕСТВА

Изначально Программа Наставничества была рассчитана на участие в ней только подростков, детей среднего и старшего школьного возраста. Поэтому мне, как координатору, было очень сложно начать работу в учреж-

дени для маленьких деток. Мы опасались того, как малыши воспримут Наставников. Ведь объяснить маленькому человечку, что этот дядя не папа, а взрослый друг, очень сложно. Поэтому вместе с персоналом детского дома мы чрезвычайно тщательно отбирали кандидатуры деток на участие в Программе. Их оказалось не так много, и в основном это были детки, у которых по состоянию здоровья мало шансов попасть в семью. Этим малышам нужен постоянный медицинский уход, которым их как раз и обеспечивают в полной мере в детском доме. Но все равно хочется, что бы и у наших малышей появился взрослый, заботливый друг, который будет рядом с ним на протяжении всей жизни помогать и поддерживать.

Девочке Софии сейчас 3 года. Ее маму лишили родительских прав. У ребенка не работает одна ножка из-за травмы и она не может полноценно ходить и передвигаться. Но, несмотря на это – Соня веселая, любознательная, жизнерадостная девочка и она очень стремится научиться ходить. В данный момент она находится в доме ребенка, где большую часть времени проводит в детском манеже. Девочка остро нуждалась в общении, а также помощи, чтобы иметь возможность двигаться при поддержке взрослого, гулять на улице и полноценно развиваться через познавательную деятельность.

Усилиями специалистов Соне была подобрана Наставница Людмила, которая занимается с девочкой развитием речи и моторики, внимания и памяти. Вместе они пытаются укрепить мышцы ножек: ребенок топает с помощью рабочей ноги, а Наставница держит ее под ручки.

Я вижу, что Наставнице иногда приходится сдерживать слезы, когда она занимается с Сонечкой. Людмила, как взрослый человек понимает, что у Сони практически нет шансов на полное выздоровление. Но видеть каждый раз, как ребенок радуется при виде знакомого лица, понимать, что ты сможешь в дальнейшем помочь этому ребенку стойко перенести трудности своего «особенного» положения – это тоже радость достижения для Наставника. С помощью Наставницы София сможет улучшить свою речь, чаще гулять на улице, больше общаться и даже передвигаться. Я верю, что у них все получится.

## ИСТОРИЯ О ТОМ, КАК НАСТАВНИКИ СТАЛИ УСЫНОВИТЕЛЯМИ

Мы много говорим о том, как меняются жизни детей после участия в Программе, а я хочу рассказать историю, которая круто изменила жизни и ребенка, и взрослых. А началось все с конференции, посвященной проблемам сиротства. Марина принимала участие в организации этого мероприятия и впервые услышала о возможностях наставничества. Заинтересовавшись, они вместе с мужем пришли на обучение. Оба получили статус Наставников.

Мария и Владислав, на тот момент будучи в гражданском браке, стали общаться с девочкой (ее звали Оля), которая, как и все дети, мечтала

о семье. Они познакомились, когда в группе находились еще некоторые дети, и Оля сначала отнеслась к Наставникам настороженно. Несмотря на это Наставники приезжали к ребенку несколько раз в неделю, вместе они весело проводили время, узнавали друг друга все больше и больше. Они ходили на пикник, где Оля училась собирать хворост, разводить огонь и готовить вкусные сосиски вместе со своими Наставниками. С их помощью девочка научилась ездить на велосипеде, фотографировать. А фотографировала она все, что ей было интересно: от веточки на дереве до муравья в траве, но больше всего она фотографировала своих новых друзей.

Оля научилась говорить «спасибо», доверять людям и смотреть на мир другими глазами. Во время болезни ребенка Марина постоянно находилась с ней в больнице, заботилась о ней как настоящая мама, ей даже пришлось сменить работу, чтоб больше времени находиться с Олей. Владислав, в свою очередь, заботился о них. Вместе они посетили много интересных мест, вместе они учились друг у друга. Менялась Оленька, и в тоже время менялись сами Марина и Владислав. И уже тогда в их сердце появилось огромное желание стать родителями для этой девочки.

Желание удочерить Олю послужило для Марины и Владислава поводом принять и осуществить еще один немаловажный шаг – узаконить свои отношения, чтоб ребенок жил в полноценной и счастливой семье, чувствовал безопасность и заботу со стороны уже своих родителей. Они прошли все трудности, которые были на пути их соединения благодаря их огромному желанию дать семью этому ребенку, осуществить его мечту. И в декабре, перед Рождеством, когда происходят чудеса, молодая семья получила долгожданное решение о том, что они могут взять ребенка в свою семью. Эти новогодние праздники семья была уже вместе, уже семья. Мечта ребенка сбылась.

Теперь дом Марины и Владислава будет наполнен детским смехом! Им предстоит пройти еще немало трудностей, но в тоже время в их жизни появится множество чудесных дней! Хочется от всего сердца пожелать им счастья.

Вот так Наставники стали усыновителями. Хочется сразу сказать, что так, конечно, бывает не всегда. Но как приятно, что еще один ребенок попал в семью, на этот раз благодаря Программе Наставничества.

## ИСТОРИЯ КООРДИНАТОРА НАТАЛЬИ О ДОСТИЖЕНИЯХ ТАРАСА

У мальчишки, о котором идет речь в этой истории, было очень несчастливое детство. В свои 9 лет, при живых родителях, он не умел ни читать, ни писать, ни считать, но зато очень хорошо понимал уличные законы, так как родителей ему заменила улица. Мама, которая давно уже перестала заботиться о ребенке, интересоваться, что он ел, часто выпивала, папе он также был безразличен – у него была другая семья и сын ему стал не нужен.

Тарас (так зовут нашего героя) часто пропадал на улице, когда его сверстники учились в школе. Как-то поздним вечером его обнаружили сотрудники милиции и привезли в интернат. Он был очень напуган и мало говорил. Чуть позже выяснилось, что мальчик плохо разговаривает и мало чем интересуется, на все реагирует с безразличием. К учебе он относился негативно и каждый раз при выполнении домашнего задания истерично кричал и мог долго плакать. Ему срочно нужна была помощь, как в учебе, так и в общем развитии.

Семья, которая пришла к нам в Программу, горела желанием помочь как раз таким детям, помогать комплексно. Инна владеет всевозможными методиками по обучению детей дошкольного и школьного возраста, умеет найти подход к ребенку, заинтересовать его. Она добрый и отзывчивый человек. Ее муж Станислав тоже может многому научить Тараса, показать на личном примере, чем может и должен заниматься мужчина.

С тех пор, как они познакомились и подружились, Тарас научился писать, считать и читать, освоил программу первого класса. С ним занимаются специалисты учреждения, но также огромную работу проделывает Наставница Инна. Каждую неделю она приезжает к Тарасику с интересными картинками, кубиками, веселыми рассказами, считалками и стишками. Каждый урок проходит интересно и весело. Инна знает как успокоить мальчика, какие слова одобрения сказать ему. Тарас практически перестал плакать, он ждет каждой встречи с Наставниками. Вместе они проводят выходные дни, во время которых он также узнает много нового и интересного. Особенно много впечатлений оставила поездка в автосалон, где мальчик имел возможность посидеть за рулем автомобиля и ознакомиться с профессией автомеханика. Поездка в дельфинарий и в цирк также были очень познавательны для мальчика, так как он мог увидеть интересных животных, которых до этого видел только на картинках во время занятий с Инной. Вместе с Наставниками он учился кататься на коньках и роликах, праздновал свои спортивные достижения в кафе. Наставники стремились не только подтянуть ребенка в развитии и в учебе, но при этом показать ему, что жизнь многогранна и интересна, что учиться необходимо, чтобы чего-то достичь в жизни. Вместе они посадили четыре березки и теперь наблюдают, как они растут.

Как бы в дальнейшем ни сложилась судьба Тараса, эта дружба будет продолжаться, потому что очень многому они научились друг у друга, очень много сердца и души они вложили в эти отношения, которые могут называться настоящей дружбой! И теперь Тарас знает, что у него есть друзья, которые всегда рядом, которым он не безразличен.

## ИСТОРИЯ НАСТАВНИЦЫ ЕЛЕНЫ (ЗАПИСИ ИЗ ДНЕВНИКА)

Когда меня попросили рассказать о моем общении с Сергеем, я долго думала как и о чем же написать, и в конце концов решила поделиться записями в своем дневнике, куда записываю свои впечатления каждой встречи со своим Воспитанником.

### Встреча первая

Познакомила нас координатор Ирина. Мне рассказывала Ирина об увлечении Сергея дальними странами, и я подарила ему заблаговременно приобретенный выпуск журнала «Вокруг света».

Разговорились сразу. Парень говорливый, наверное, его раньше мало «слышали» окружающие. Разговаривали на отвлеченные темы, затем об учебе и увлечениях. Я увидела, что Сергею был приятен тот факт, что я сразу признала его взрослым (а не ребенком). Позанимались литературой и математикой. Говорит, что из школьных предметов предпочитает географию.

К умственному труду мотивация очень слабая.

Физически очень слабый, худой, физкультуру не любит. У мальчика явно проблемы с позвоночником и осанкой. Показала простые упражнения для выработки хорошей осанки. Обещал выполнять. Познакомилась с его воспитателем.

### Встреча вторая

Принесла ему настольную лампу, а также тетрадь для ведения дневника. Подарила карту нашего города. Предложила записывать в маленький блокнот то, что он делает для спины. Пообещал, что будет записывать. Предложила вести дневник. Объяснила, что это такое и как это делать. Заинтересовался. Впоследствии стало видно, что практически все, чем он может заинтересоваться, не имеет продолжения в действиях.

Стали делать домашние задания. Математика, дроби. Если его не тормошить, то ждет, пока за него решишь. Пыталась объяснять образно. К урокам стойкая апатия. Попыталась ему объяснить, что во время занятий в школе если что-то не понятно, нужно спрашивать учителя и не ждать, пока придет время делать «домашку», а в голове будет пусто. Ведь тогда мы вместо того, чтобы поболтать и погулять, будем вынуждены делать только «домашку». Кивал, соглашался.

Болтун. Именно болтун, а не общительный. Собеседника почти не слышит. Речь однообразна. Хотя словарный запас неплохой, рассказывать не умеет: или отвечает односложно, или заикливается на какой-то фразе и повторяет ее на все лады. Отчаянно нуждается в слушателе. Картавит и не выговаривает «р». Может быть, поискать логопеда?

Я полагаю, могут быть проблемы с позвоночником, кишечником и зубами. Аппетит хороший.

Мне сказали, что на Сергея полагается какая-то пенсия по инвалидности, так как он был обследован в больнице и у него есть какие-то нехорошие

диагнозы (не верю!). Кто получает его пенсию и ею распоряжается, воспитатель не знает.

Мальчик не любит социальную службу, считает, что его напрасно забрали из дома. Мечтает прогуляться у железной дороги. Подала идею прокатиться на электричке по городскому кольцу – теперь постоянно напоминает мне об этом. Я думаю, что поезда ассоциируются у него с бегством в лучшую жизнь. Жалеет маму.

### **Встреча третья**

Запаслась термосом, булкой, сыром, бужениной, маслом. В группе заварили чай, сделала бутерброды. Серега активно участвовал. Я ему помогала. Хлеб резать умеет (на 3++), бутерброды тоже сам слепил. Немного кособоко, но вполне сойдет. У Сережи есть привычка не оставлять за собой грязь, посуду помыл, все убрал, я его похвалила. Упаковали термос и лотки с бутербродами в его рюкзак. Рюкзак свой не любит, наверное, считает его «малышовым». Но я заставила его пойти с рюкзаком, так как мне в сумке это нести тяжело, а ему немного расправить плечи полезно. И разъяснила, что туристам все равно, как рюкзаки выглядят, главное – удобство.

Поехали на трамвае. У Сереги удостоверение на льготный проезд. Купил мне талончик у кондуктора, компостировал. Немного волновался, но, как я думаю, ему это было интересно. Я сидела, как барыня. Потом передо мной освободилось место, я его пригласила сесть напротив. Проболтали до остановки, как сороки. На остановке раскрыли карту и посмотрели, где это мы.

Потом попросила купить мне журналы на раскладке. Вручила ему 50 грн. Сама стояла чуть поодаль. Купил, взял сдачу, отдал все мне. Журналы я положила ему в рюкзак. Киоскер сказала что-то вроде «правильно, надо маме помогать, маму жалеть». Мы не стали разъяснять, кто тут есть кто.

В переходе играл музыкант на контрабасе. Очень хорошо играл. Я с удовольствием послушала. Сережа проявлял нетерпение («идемте! идемте!»). Я попыталась заставить его хоть немного прислушаться к музыке. Потом вручила 5 грн. и попросила положить их музыканту в футляр контрабаса. Сережа подошел, положил денежку. Музыкант поблагодарил его изящным полупоклоном. Сережа немного смутился. Я сказала, что не люблю подавать попрошайкам. А человека, который много занимался, чтобы овладеть игрой на инструменте и который доставляет мне удовольствие этой игрой, я просто не могу не поблагодарить денежкой.

Стал проситься погулять по «узеньким улочкам». Нагулялись, сели передохнуть, зашли в кафе и слопали там наши бутерброды с местным чаем.

Покрутились у памятника. Потом пошли искать дворами галерею, в которой я училась живописи. У Сережи эти старые дворы вызвали восторг. Это хороший знак. Предполагаю, что если бы он действительно был серьезно болен ментально, ему бы было абсолютно все равно.

В галерее Сережу ждал теплый прием администратора (мы в очень хороших отношениях) и одной моей соученицы по классу живописи (она осталась порисовать после занятий). Алена, администратор, провела для Сережи мини-экскурсию по галерее, предложила нам кофе. Но нас уже поджимало время. Сережа получил два банана, поблагодарил, и мы пошли дальше.

Сережа решил поделиться со мной бананами. От бананов я отказалась, так как мне их нельзя. Сереге так и объяснила. Сказала, что если бы было можно, то один точно бы съела. А он вспомнил, как мама его учила тому, что надо с друзьями делиться. Я сказала, что его мама – хороший человек. Он был доволен. И еще мы «заклеймили позором» тех, кто сорит и выбрасывает на тротуар банановые корки и тому подобное. В результате корки получили экскурсию по городу в 1,5 квартала до ближайшей урны.

Потом пришлось хлопца просто захихивать (словесно, конечно же) в трамвай и буксировать в интернат. Приехали после ужина. Еще оставались бутерброды, да и воспитательница оставила Сереже его ужин. Парень пошел ужинать. Мы попрощались.

### **Встреча четвертая**

Принесла Сереже пластиковую папку для наших распечаток и прочих бумаг и точилку. Занялись уроками и немецким. Написала Сереже в маленьком блокнотике 7 простейших фраз на немецком с простой транскрипцией и переводом. Читали и повторяли. Надо учить. Любим же путешествовать. Может, съездим в Германию (когда язык освоим, конечно же).

Пытаюсь по-всякому объяснять, что быть неучем – очень плохо. Сережка уже хорошо уяснил, что с 9-ю классами дорога разве что в ПТУ. Менять каблуки на старых ботинках или мешать раствор на стройке он не хочет. Чего хочет, еще сам не знает. Предложила подумать о 10–11-м классах в вечерней школе и о том, чтобы наверстать по возможности все, что можно из школьной программы, так как это понадобится для поступления в высшее учебное заведение. Вижу, что и хотел бы, да боится, не уверен в себе.

Рассказывала о компьютерной академии, о профессиях программиста и сисадмина, и в чем разница между ними. Полагаю, что все это для Сережи слишком сложно. Но все равно, пусть знает.

Приносила нетбук, пыталась показать фильм «Секрет», о том, что мечты сбываются. Посмотреть не удалось, слишком много всего для одной встречи. Немного понажимал клавиши. Показывала кристаллы воды, какие они бывают. Вырезала для него «правильную» снежинку.

В группе у них есть компьютер, но там только игра – гонки на машинах. Сережа, я подозреваю, гоняет на них. Было бы неплохо установить там ворд и эксель, пусть бы учили еще клавиши, кроме «вверх-вниз-вправо-влево». Но у Сережи почти благоговейный страх перед какими-либо изменениями в этом компьютере. Или застращали взрослые, или боится новизны.

## **Встреча пятая**

*Поздравила Серезжку с наступающим Рождеством открыткой. Поблагодарила его за его поздравление, которое получила от него. Каждый раз приношу конфеты, мандарины. Мандарины едим во время общения. Получается как-то по-домашнему.*

*Сегодня уроками почти не занимались. Говорит, что не задано. Показываю, что почти верю.*

*В прошлый раз просила показать школьный дневник. Испугался. Я сказала, чтобы не боялся, я не с целью инквизиции. Интересно, что они учат, какие предметы. Показал. Я не заостряла внимание на оценках, краем глаза вижу, что не очень. Да и Серезжка старался некоторые страницы придерживать. Я акцентировала внимание на дневнике. Обратила внимание, что там много полезной информации: об известных людях, таблицы формул по математике, физике и прочее. Похоже, Серега этого никогда ранее не замечал и воспринимал типографский текст исключительно как фон к неприятным записям.*

## **Встреча шестая**

*Зашла проведать, так как у них скоро заезд в лагерь. Поболтали, покушали мандаринки. Подарила маленького медвежонка-игрушку. На прощание Сереге подарил мне шоколадку. Я была очень растрогана, не скрывала этого. Сказала, что чувствую себя трехлетней девочкой. Поблагодарила, обняла Серезжку. Вижу, и ему это было приятно.*

**Комментарий:** *Между посещениями я звоню Серезжке 1–2 раза в неделю. Разговариваем от 10 минут до получаса. Когда речь заходит об учебе, он теряет интерес к разговору. Отвечает односложно почти всегда.*

*Сформировать представление о том, что он делает, по его рассказам невозможно. Журнал, как я понимаю, он не читал. Как не читает вообще ничего. Я пыталась обратить внимание на библиотеку, имеющуюся в их группе. Книги там собраны стихийно, но, тем не менее, из них можно кое-что выбрать для чтения. Например, книги про воинов, История древнего мира. Но я полагаю, все, что требует каких-либо интеллектуальных усилий, Серезжку надо заставлять делать. С пошаговым контролем. С удовольствием он только думает, фантазирует. Это хорошо, конечно, но нужна и пицца для ума. А он «варится в собственном соку».*

*Упражнения для осанки также им, похоже, позабыты. Только при мне пытается распрямлять плечи. Я его уже этим «запилила». Часто восхищается тем, что я «все знаю».*

*Поворачиваю разговор на тему необходимости учиться, читать книги. Привожу собственный пример: много работаю, чтобы иметь то, что хочу.*

*С товарищем по комнате Сашей отношения мирные, но без дружбы. Сергей меня ревнует, не хочет, чтобы я с Сашей о чем-либо переговаривалась. Гостиными тоже, подозреваю, делиться не особо желает.*



*В ближайших планах у меня встреча с юристом интерната. И, наверное, надо поговорить с учителями в школе, так как «партизан» не признается в своих достижениях в учебе. А то, что я вижу, меня не очень радует. Значит, мне есть к чему стремиться...*

## ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ, ИЛИ КОПИЛКА НАСТАВНИКА

В этом разделе предлагаем вам сборник упражнений, заданий, игр, которые вы сможете использовать при взаимодействии с Воспитанниками, а также в других ситуациях, где требуется «срочная креативная помощь» в общении с коллективом детей. В конце раздела мы привели несколько притч, которые, на наш взгляд, очень показательны для роли Наставника и помогут вдохновиться или же утвердиться в своих намерениях.

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ

В наше время без навыков коммуникации человеку трудно адаптироваться к социальной среде. Приводим несколько коммуникативных упражнений, которые могут быть использованы для знакомства с группой детей (или одним ребенком).

Для установления более тесного, доверительного контакта; для налаживания отношений в коллективе. Эту группу упражнений часто называют «упражнения – ледоколы», так как они как бы «взламывают» завесу недоверия и настороженности, помогают установить необходимый контакт.

#### УПРАЖНЕНИЕ «НИТИ ДРУЖБЫ»

**Цель:** познакомиться с группой детей, создать доверительную атмосферу. Можно проводить игру на 2-й встрече с группой с целью лучше узнать интересы друг друга.

Участники наматывают нить на палец, после чего говорят, что они больше всего любят и как обычно отдыхают (можно использовать и другие вопросы), затем бросают клубок другому человеку. В результате в центре образуется «паутина», «сеть», «связующая нить», которая объединяет всех участников.

Следующий этап – участники сматывают нить в обратном порядке и задают любой вопрос человеку на другом ее конце.

Если проводить игру с группой младшего возраста (от 5 до 10 лет), клубок в конце лучше сматать взрослому.

#### УПРАЖНЕНИЕ «СКАЛА»

**Цель:** показать детям важность взаимопомощи в коллективе, необходимость строить взаимоотношения (каждый ребенок, будучи в роли «альпиниста», ощутит необходимость поддержки и доверия).

Дети на полу (кто как хочет: сидя, лежа, стоя) выстраивают «скалу», принимая различные позы, удерживаясь друг за друга. Условная линия на полу обозначает обрыв. По команде инструктора «Скала готова? Зами!» «альпинист» должен пройти вдоль обрыва перед «скалой» и не сорваться. Он может держаться за «скалу», шагая по выступу. Все участники упражнения поочередно выступают в роли «альпиниста».

### **УПРАЖНЕНИЕ «МЕНЯЛКИ»**

**Цель:** познакомиться с группой детей, создать доверительную атмосферу. С помощью этой игры можно пронаблюдать отношения между конкретными детьми в коллективе.

Участники разбиваются на пары. Выбирается водящий. Он дает различные команды участникам пары: рука к руке, нога к ноге, ухо к уху, голова к голове, спина к спине, плечо к плечу. Но когда он скажет: «Сосед к соседу» – участники меняются партнерами. Водящий находит себе пару. Кто остался без пары, становится водящим.

### **УПРАЖНЕНИЕ «ПРИВЕТСТВИЕ»**

**Цель:** создание положительного эмоционального фона, сплочение группы.

Наставник объясняет задание: «Я хочу поговорить с вами о том, как обычно приветствуют друг друга люди. Кто из вас может продемонстрировать типичное славянское рукопожатие?». Можно также спросить, кто еще знает приветствия других народов. «Я хочу попросить, чтобы вы сейчас придумали смешное приветствие, которое мы будем использовать в ближайшее время. Это рукопожатие должно стать своего рода отличием нашей группы. Сначала выберите себе партнера. У вас есть три минуты, чтобы выдумать наиболее необычный способ рукопожатия. Это приветствие должно быть достаточно простым, чтобы все легко могли его запомнить, но при этом достаточно смешным, чтобы нам было весело пожимать друг другу руки именно таким способом. Теперь пусть каждая пара покажет придуманное ей приветствие. Нам необходимо выбрать то рукопожатие, которое мы будем с вами использовать на следующей встрече.

### **УПРАЖНЕНИЕ «ПОЧТАЛЬОН»**

**Цель:** познакомиться с группой детей, создать доверительную атмосферу, сплотить коллектив.

Играющие держатся за руки. Водящий-почтальон находится в центре круга. Он говорит: «Я посылаю письмо от Сережи до Лены». Сережа начинает передавать «письмо». Он пожимает руку своему соседу справа или слева, тот пожимает руку следующему и так дальше по кругу, пока «письмо» не дойдет

до Лены. Цель почтальона «перехватить письмо», то есть увидеть, у кого из детей оно сейчас находится. Ребенок водит до тех пор, пока «письмо» не будет перехвачено. Желательно, чтобы каждый ребенок побывал в роли почтальона.

### **УПРАЖНЕНИЕ «ЗАПОМИНАНИЕ ИМЕН»**

**Цель:** познакомиться с группой детей, создать позитивный эмоциональный фон для встречи.

Все участники становятся в круг. Наставник придумывает ситуацию. Например, все вместе идут в поход и каждый должен взять с собой вещь, название которой начинается на ту же букву, что и его имя. Первый человек говорит: «Меня зовут Вова, и я беру с собой валенки». Второй говорит: «Меня зовут Миша, я беру с собой Вову с валенками и магнитофон». И так каждый следующий участник проговаривает имена предыдущих. Можно придумать другую ситуацию и запустить цепочку в обратном порядке (т.к. имена последних запоминаются, естественно, хуже).

### **РАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Эти упражнения рассчитаны на разный возраст: начиная от дошкольников, заканчивая взрослыми. Развивать можно все, везде и всегда. Здесь предлагаем упражнения на развитие психических процессов: памяти, внимания, мышления, воображения, сенсорики, восприятия, а также развитие личностных свойств: повышение самооценки, эмпатии, толерантности, уверенности в себе и др.

### **УПРАЖНЕНИЕ «ПРЕДМЕТ ПО КРУГУ»**

**Цель:** развитие образного мышления, внимания, быстроты реакции; накопление количества и уточнение смысла слов, обозначающих действие.

Группа рассаживается или становится в полукруг. Ведущий показывает участникам предмет (палку, линейку, банку, книгу, мяч, любой попавшийся в поле зрения предмет) участники должны передавать друг другу по кругу этот предмет, наполняя его новым содержанием и обыгрывая это содержание. Например, кто-то решает обыграть линейку как скрипку. Он передает ее следующему человеку именно как скрипку, не произнося при этом ни слова. А тот именно как скрипку ее принимает. Этюд со скрипкой окончен. Теперь второй участник обыгрывает эту же линейку, например как ружье или кисть и т.д. Важно, чтобы участники не просто делали какие-то жесты или формальные манипуляции с предметом, а передавали свое отношение к нему. Это упражнение хорошо развивает воображение. Чтобы обыграть линейку как скрипку, нужно прежде всего увидеть эту скрипку. И чем менее похож новый, «увиденный» предмет на предложенный, тем лучше участник справился с заданием. Кроме того, это упражнение на взаимодействие, ведь человек должен не толь-

ко сам увидеть новый предмет, но и заставить других увидеть и принять его в новом качестве.

Можно также играть вдвоем с ребенком, поочередно обыгрывая окружающие вас предметы.

### **ИГРА «ПОВТОРИ, НЕ ОШИБИСЬ»**

**Цель:** развитие внимания, быстроты реакции; накопление количества и уточнение смысла слов, обозначающих действие.

Количество игроков значения не имеет. Дети стоят полукругом. Ведущий медленно выполняет простые движения руками (вперед, вверх, в стороны, вниз). Дети должны выполнять те же движения, что и ведущий. Допустивший ошибку выбывает. Выигрывает тот, кто останется в кругу.

#### *Варианты*

- ✓ Простые движения можно заменить на более сложные, включить движения ногами и туловищем, асимметричные движения (правая рука вверх, левая вперед) и т. д.
- ✓ Ведущий одновременно с показом движения называет имя одного из играющих, который и должен это движение повторить, а остальные игроки наблюдают.
- ✓ Ведущий проговаривает движение (руки вверх), а выполняет в этот момент другое действие (руки вниз). Дети должны повторять движение ведущего и не обращать внимание на его сбивающие команды.
- ✓ На каждое движение ведущий называет слово (например, ручка, самолет, мяч, воробей и т. д.). Дети должны выполнять только те движения, которые сопровождаются названиями летающего предмета (воробей, самолет). Во время игры ведущему необходимо следить за тем, чтобы все дети видели его одинаково хорошо.

### **УПРАЖНЕНИЕ «КОНКУРС УВЕРЕННОСТИ»**

**Цель:** повысить самооценку ребенка, научить концентрироваться на своих сильных сторонах.

Спросите у вашего Воспитанника, какие конкурсы он знает. Конечно, их великое множество. Если приложите усилия, то вместе вы вспомните конкурс на лучший анекдот, спортивные достижения, на самый загадочный фокус, на лучшее музыкальное исполнение и т. д. Кроме них в вашей памяти наверняка всплывет конкурс красоты – помпезный праздник с жюри и телезрителями. Девушки, претендующие на титул «Мисс ХХХ» (вставьте любой город), должны быть не только красивы, но умны, уверены в себе и прочее. Вообще, уверенность – важное качество, которое помогает победить в любом соревновании – физическом или интеллектуальном. Поэтому давайте устроим конкурс уверенности.

- ✓ Предложите ребенку пофантазировать, как бы проходил этот конкурс? Какие в нем были бы задания? Кого он пригласил бы в жюри? Как должен был бы вести себя человек, чтобы выйти в финал? Послушайте эти ответы и попробуйте проанализировать, какой образ уверенных действий сложился в голове у вашего ребенка.
- ✓ Теперь разыграйте небольшие эпизоды, которые могли бы показывать по телевизору. Например, пусть ребенок изобразит, как выступал человек, который первым покинул сцену, то есть самый неуверенный в себе. Побудьте ведущим и задайте любой вопрос такому участнику. А ребенок должен постараться так на него ответить и так при этом двигаться и жестиковать, чтобы создать максимально яркий образ. Следующая сценка станет полной противоположностью. В ней ребенок постарается отвечать на вопросы так, как это делал Мистер или Мисс Уверенность.

**Примечание.** Если у ребенка неплохо получается роль Мисс (Мистера) Уверенность, то можно закончить игру на этой триумфальной ноте, попросив новую звезду сфотографироваться на память и вручить почетный приз. Если же вы видите, что участник явно не дошел бы до финала, обсудите с ребенком, как ведет себя уверенный человек, а еще лучше попросите ребенка «подержать камеру», а сами забирайтесь на сцену и продемонстрируйте ему эталон уверенности. Как говорится, лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать!

### **ИГРА «КОПИЛКА ДОСТИЖЕНИЙ»**

**Цель:** повысить самооценку ребенка, научить концентрироваться на своих сильных сторонах.

Это очень хорошая игра, которая должна перерасти в привычку видеть и ценить свои маленькие победы каждый день. Вы действительно сможете достичь такой немаловажной цели, если будете систематически использовать этот игровой прием. В дальнейшем можно будет заменить его устным обсуждением своих ежедневных достижений.

Возьмите какую-нибудь картонную коробку или вместительную банку и вместе с ребенком оформите ее так, как ему хотелось бы, чтобы выглядела копилка его главных ценностей – маленьких и больших собственных успехов в жизни. Может быть на поверхности этой копилки появятся рисунки, отражающие предметы, которые как-то связаны с понятием «успех», или это будут просто симпатичные узоры. Оставьте выбор за мальчиком или девочкой.

Отдельно приготовьте небольшие листочки бумаги. А теперь введите правило: когда ребенок возвращается домой, он обязательно должен вспомнить и написать на этом листочке какое-то свидетельство успеха, которого он достиг за сегодняшний день. Так, на записочках будут появляться фразы: «хорошо прочитала стихотворение у доски», «нарисовала отличный рисунок на тему «Осень», «сделала подарок бабушке, который ей очень понравился»,

«все-таки смог написать контрольную по математике на пять, хотя боялся» и многие другие. Эти записи кладутся в копилку достижений.

Важно, чтобы даже в самый неблагополучный день ребенок смог найти что-то, что ему удалось. «Утяжеление» копилки со временем само по себе наполняет детей гордостью и большей уверенностью в своих силах, особенно если родители и другие члены семьи относятся к его маленьким победам с уважением (а не с высоты своих лет и опыта).

К этой копилке можно обращаться, когда ребенку кажется, что он встретился с непреодолимыми для него трудностями, или в периоды, когда его критический взгляд направлен на свои способности и он видит себя никчемным неудачником. В такие периоды полезно вспомнить, что у вашего ребенка есть опыт преодоления трудностей и достижения успеха. Это поможет ему настроиться на позитивный лад.

**Примечание.** Эту игру можно использовать сначала для поднятия самооценки ребенка в целом, а потом для повышения веры в свои силы в каком-то конкретном деле, например изучении иностранного языка в школе. Тогда в вашей «копилке достижений по иностранному языку» появятся записи типа: «сразу запомнила новое правило и поняла тему», «хорошо написала изложение – близко к тексту», «в сочинении сделал всего одну ошибку» и т. п.

## УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА КОРРЕКЦИЮ

Приведенные здесь упражнения преимущественно ориентированы на дошкольный, младший школьный возраст и подростков. Эти упражнения могут применять как практикующие психологи, тренеры, так и Наставники. Коррекция поведения, личностных особенностей, мешающих адаптации, коррекция страхов, тревожности, агрессии, ревности, зависти, жадности – вот перечень основных видов упражнений этого вида.

### УПРАЖНЕНИЕ «СПОКОЙСТВИЕ, ТОЛЬКО СПОКОЙСТВИЕ!»

**Цель:** научить ребенка сохранять спокойствие в самых разных ситуациях: при испуге, удивлении, неожиданности, отвращении. Эти игровые навыки позже он сможет использовать и в жизни.

**Действия ведущего.** Попросите ребенка вспомнить какое-нибудь простое всем хорошо известное стихотворение. Сейчас он должен будет читать его максимально спокойно, проговаривая медленно по одной строчке, и не изменять манеры чтения, что бы ни происходило вокруг. А происходить вокруг будет то, что вы сумеете придумать – страшное и неприятное. Вот такая у вас здесь роль. Можно сказать, как у старухи Шапокляк, но только вы-то знаете, что это на благо ребенка (все равно что поход к врачу).

**Пример.** Пусть ребенок начнет читать первую строчку. Допустим, он произносит: «Ехал грека через реку». А вы тем временем подкрадетесь сза-

ди и хлопнете в ладоши. Но отец должен спокойно продолжить: «Видит грека: в реке рак». Тогда вы можете выключить свет или даже неожиданно толкнуть ребенка в плечо и т. д.

### **УПРАЖНЕНИЕ «КОРОБКА ПЕРЕЖИВАНИЙ»**

**Цель:** помочь ребенку справиться со своими страхами и переживаниями; помогает улучшить эмоциональный фон встречи.

**Действия ведущего.** Я принесла небольшую коробку. Предлагаю отправить ее по кругу, чтобы собрать наши неприятные переживания и заботы. Вы можете сказать об этом шепотом, но обязательно в коробку. Потом я ее закрою и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши неприятные переживания.

### **УПРАЖНЕНИЕ «СОХРАНИ МОЛЧАНИЕ!»**

**Цель:** научить ребенка терпению, взаимопониманию, умению слушать других. Хороша для группы, где есть очень энергичные дети.

**Действия ведущего.** Обратитесь к детям: «Посмотрите, какой у меня красивый карандаш (можете взять яркую коробочку, кубик, мячик, игрушку – главное, чтобы предмет был небольшим).

Закройте глаза или отвернитесь, а я его спрячу и, хоть я и положу на видное место, и не буду ничем закрывать, отыскать вам карандаш будет нелегко. Не подглядывайте!» Пока дети закрывают глаза, становятся к вам спиной, делайте вид, что по всей комнате ищете место, куда бы спрятать карандаш. Сами же украдкой суньте его, например, в нагрудный карманчик своего платья так, чтобы кончик карандаша выглядывал оттуда.

Попросите детей открыть глаза, походить по комнате, поискать предмет. Но перед этим сообщите им еще одно важное условие игры, которое необходимо выполнить: тот, кто заметит спрятанный карандаш, не должен подавать вида, а отойти в сторону и сесть на место. Через 2–3 минуты закончите игру и попросите ребят показать, где был спрятан предмет. Выигрывает тот, кто первым отыскал карандаш и сумел сдержаться до конца игры. Возьмите другой предмет, выберите для него иное укромное местечко и сыграйте еще раз.

Эта незамысловатая игра поможет успокоить самых неугомонных детей. Она развивает наблюдательность, силу воли, тормозные реакции.

### **УПРАЖНЕНИЕ «ДАВЛЕНИЕ ГРУППЫ»**

**Цель:** отработка навыков отказа, выбор наиболее эффективных стратегий отказа.

Выбирается доброволец «на главную роль». Участникам предлагается ситуация, когда необходимо будет отказываться от чего-либо. Отказаться нужно 3-мя способами: агрессивно, уверенно и неуверенно.

Ведущий описывает ситуацию:

- ✓ лидер класса или знакомые просят подростка передать кому-то наркотики;
- ✓ просят поддержать у себя какую-то чужую вещь;
- ✓ предлагают попробовать «травку» (алкоголь).

*После того как каждый из участников отказал выдуманному «провокактору», ведущий продолжает упражнение обсуждением:*

- ✓ Как чувствовал себя человек в ситуации давления?
- ✓ Какой вариант отказа оказался более эффективным (мнение группы и главного героя)?
- ✓ Что можно было сделать, чтобы отказ был более убедительным?

### **ИГРА «ГОВОРИ!»**

**Цель:** научить ребенка терпению, взаимопониманию, умению слушать других. Хороша для группы, где есть очень энергичные дети.

**Действия ведущего.** Взрослый предлагает детям сыграть в игру «вопросы и ответы», но предупреждает, что отвечать на вопросы можно только после слова «Говори!». После вопроса нужно бросить мяч, обязательно сделать паузу и лишь, потом сказать «Говори!». Вопросы могут быть любыми, например:

«Какие времена года вы знаете?» ... «Говори!»

«Какой сегодня день недели?» ... «Говори!»

«Какого цвета платье у Маши?» ... «Говори!»

«Какого цвета столы в комнате?» ... «Говори!»

Включение в игру мячика усложняет ее, но и делает более интересной. Для подростков вопросы должны быть сложнее, например: «В какой сезон отмечают день независимости?».

## **ПРОФОРИЕНТАЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Эти упражнения предназначены для людей, занимающихся профориентацией молодежи: психологов, учителей. Их можно применять при проведении тренингов, занятий по профориентации, профессиональному самоопределению. Могут быть использованы с целью помочь Воспитаннику определиться с будущей профессией (видом деятельности).

### **УПРАЖНЕНИЕ «ОБЪЯВЛЕНИЕ»**

**Цель:** повысить самооценку, научить ребенка представлять себя, найти свои сильные стороны.

В течение 5 минут Воспитанник (или все в группе) должен составить объявление о своих талантах и способностях (умею работать с лобзиком, умею вышивать, хорошо пою и т.д.), которое бы отражало уникальность и включало нечто такое, чего не может предложить другой. Затем в течение одной минуты



объявление зачитывается перед всеми. Группа может задавать любые вопросы по содержанию объявления, дабы удостовериться, действительно ли стоит воспользоваться услугами данного специалиста.

### **ИГРА «САМАЯ-САМАЯ»**

**Цель:** познакомить ребенка с разными профессиями и показать их характерные черты.

Ведущий предлагает детям некоторые необычные характеристики профессий, а они должны по очереди называть те профессии, которые на их взгляд в наибольшей степени данной характеристике подходят. К примеру, характеристика – самая денежная профессия, – какие профессии являются самыми-самыми денежными?

Ведущий называет первую характеристику, а участники сразу же по очереди (по кругу) предлагают свои варианты. Если у кого-то возникают сомнения, что названа самая-самая (или близкая к самой-самой), то можно задавать уточняющие вопросы.

Далее называется следующая характеристика и т. д. Всего таких характеристик должно быть не более 5. Ведущий выписывает 3–5 вариантов, которые чаще всего упоминаются, после чего организуется небольшое обсуждение «самой-самой» профессии.

Для того, чтобы упражнение проходило более интересно, ведущий обязательно должен заранее отобрать наиболее необычные характеристики профессий, которые заинтригуют участников. Это могут быть, например, такие характеристики: «самая зеленая профессия», «самая сладкая профессия», «самая волосатая профессия», «самая опасная профессия», «самая детская профессия», «самая смешная профессия» и т. д.

### **УПРАЖНЕНИЕ «ЗВЕЗДНЫЙ ЧАС»**

**Цель:** показать детям реалии конкретных профессий, позитивные и негативные стороны, с которыми они могут столкнуться, выбирая профессию.

Количество игроков значения не имеет. Участники рассаживаются в круг и совместно определяют, какой профессиональный (социальный) стереотип они будут обсуждать. К примеру, все сошлись на стереотипе «парикмахера» (заранее объясните участникам, что такое стереотип).

Далее ведущий дает участникам следующее задание: «Сейчас каждый из нас попробует представить, какие самые приятные, радостные минуты в жизни типичного парикмахера (у каждого может быть свое собственное представление об этом). Далее мы по очереди кратко выскажем свои предположения, после чего обсудим, чьи же представления оказались наиболее реалистичны, т. е. в наибольшей степени соответствуют счастью большинства парикмахеров...».

Участники по очереди говорят о своих представлениях, о «звездном часе» парикмахера. Ведущий при этом не должен критиковать эти представления. Затем участники обсуждают чьи же представления о самом большом счастье для парикмахера оказались наиболее характерными и правдивыми.

### **ИГРА «АССОЦИАЦИЯ»**

**Цель:** более близкое знакомство с конкретно выбранными для игры профессиями; развитие образного мышления.

Выбирают одного игрока, который должен войти в дверь после того, как остальная группа определит название профессии, которую ему предстоит угадать. Когда игрок возвращается к группе, он может задать такие вопросы:

- ✓ на какой цвет похожа эта профессия (например: врач – белый...)
- ✓ как она может пахнуть (например: парикмахер – лак для волос...)
- ✓ какие предметы может использовать.

Потом вся группа просит игрока задумать какую-то профессию, все задают вопросы ему, а он отвечает. Задача взрослого – конкретизировать вопросы, помочь увидеть положительные стороны той или иной профессии.

### **УПРАЖНЕНИЕ «ДЕТЕКТИВЫ»**

**Цель:** более детальное ознакомление детей с конкретным видом деятельности; развитие образного мышления.

Каждому участнику профориентационного занятия необходимо нарисовать шесть предметов, которыми пользуется представитель какой-либо профессии, а затем всей группе предлагается угадать, что это за профессия.

## **УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ДЕЛОВЫХ КАЧЕСТВ**

Применяются с целью научить Воспитанника адекватно вести себя в обществе, научиться самовыражению и умению представить себя. Они также выявляют лидерские качества личности, умения и способности. Помогают успешной социализации Воспитанников.

### **УПРАЖНЕНИЕ «КРУГ И Я»**

**Цель:** развить лидерские качества; обучить умению распознать характер ситуации, действовать адекватно существующим условиям.

Оптимальное количество участников 8–15 человек, упражнение можно проводить и в помещении, и на открытой площадке.

**Инструкция.** Для этого упражнения потребуется смельчак-доброволец, им может быть и Наставник. Участники образуют тесный круг, который будет всячески препятствовать попаданию в него нашего доблестного героя. Ему дается всего три минуты, чтобы силой убеждения (уговорами, угрозами, обещаниями), ловкостью (пронырнуть, проскользнуть, прорваться), хитростью

(посулы, комплименты), искренностью убедить круг и отдельных его представителей впустить его в центр. Наш герой отходит от круга на два-три метра. Все участники стоят к нему спинами, сжавшись в тесный и сплоченный круг, взявшись за руки. После удачного «вторжения» в круг «героем» может стать любой другой желающий.

В конце упражнения обязательно нужно обсудить стратегию поведения игроков. Как они вели себя здесь, а как – в обычных житейских условиях? Есть ли разница между смоделированным и реальным поведением? Почему она возникает?

**Примечание.** Упражнение можно немного видоизменить, изменив задачу. Каждый, кто решится сыграть против круга, обязан будет избрать и продемонстрировать абсолютно несвойственную ему стратегию поведения. Потребуется проявить настоящее актерское мастерство: стеснительному сыграть роль самоуверенного, даже наглватого, гордому – «бить на жалость», а тому, кто привык к агрессивному поведению, – убеждать круг тихо и абсолютно интеллигентно... Попробуйте максимально вжиться в новую роль. В завершении игры обязательно обсудите с детьми такие вопросы:

- ✓ легко ли играть по чужому сценарию?
- ✓ что нового я открыл в себе, в товарищах?

### ИГРА «ПУТАНИЦА»

**Цель:** освоить активный стиль общения и развить отношения партнерства.

Группа формирует плотный круг, участники протягивают руки внутрь круга, а тренер соединяет руки играющих, умышленно переплетая, запутывая их. В каждой руке игрока должна оказаться рука другого участника. При этом тренер должен попытаться соединить вместе как можно более удаленных друг от друга участников. Когда путаница очевидна, группе дается ограниченное время, чтобы осторожно распутаться, не разрывая рук и не причиняя боли партнерам по игре непродуманными движениями и действиями. Финалом игры будет либо общий круг, либо несколько групп игроков, последовательно соединенных друг с другом. Из опыта известно, что в 90% случаев задача, какой бы сложной она ни казалась на первый взгляд, выполнима. Редкий случай – узел, распутать который не представляется возможным. В ходе игры тренер совмещает две роли: поддерживает игроков в стремлении распутаться, напоминает о внимательном отношении друг к другу, поощряет проверку различных вариантов действия, а также стремится сохранить напряжение игры, азарт соревнования (напоминает о том, что время игры ограничено, нагнетает творческий запал).

Когда задача исполнена или время истекло, все вместе подводят итоги игры. Какие впечатления вынесли участники? Чем они хотят поделиться друг с другом? Что, на их взгляд, могло усилить эффективность решения задачи?

## **ИГРА «ОРКЕСТР НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ»**

**Цель:** освоить активный стиль общения и развить отношения партнерства, выявить лидерские способности у детей, развить творческие способности.

Команда участников должна изобразить оркестр, исполняющий музыкальное произведение по собственному выбору. Это может быть песня, оратория, сюита, фрагмент симфонии, оперы, балета или любая другая пьеса или мелодия. Длительность произведения ориентировочно 3 минуты. Время для подготовки (репетиции) – 15 мин. При имитации звуков можно пользоваться всем, чем угодно. Приветствуется озвучка собственным голосом. Произведение при этом может быть как с вокальной партией, так и без нее.

Как в любом оркестре, в команде должен быть дирижер, руководящий исполнением, группы духовых, ударных, струнных, клавишных, вокала (если предусмотрено), а также любыми другими видами музыкальных инструментов, какие участники сочтут необходимыми. Если компания очень большая, инструмент не должен быть в единственном экземпляре – будет группа инструментов (минимум 3). При этом они должны играть синхронно, подчиняясь действиям дирижера. Необходимо отработать мастерство отдельных групп инструментов, отрепетировать исполнение, и только после этого представить произведение на премьеру перед уважаемой публикой.

*Еще раз, коротко, задание:*

- ✓ Выбрать дирижера.
- ✓ Выбрать мелодию для исполнения.
- ✓ Объединить инструменты в группы.
- ✓ Провести отдельные и совместные репетиции.
- ✓ Выступить на премьере.

*После премьерного исполнения Наставнику необходимо вместе с детьми оценить качество выполнения задания по таким критериям:*

- ✓ единство звучания одинаковых инструментов;
- ✓ слаженность оркестра в целом и музыкальная целостность произведения;
- ✓ качество музыкального исполнения мелодии и аранжировки;
- ✓ руководство дирижера оркестром.

### **ИГРА «УЗКИЙ МОСТИК»**

**Цель:** продемонстрировать модели поведения в конфликтной ситуации.

**Описание упражнения.** Двое участников становятся на проведенной на полу линии лицом друг к другу на расстоянии около трех метров. Ведущий объясняет ситуацию: «Вы идете навстречу друг другу по очень узкому мостику, перекинутому над водой. В центре мостика вы встретились, и вам надо разойтись. Мостик – это линия. Кто поставит ногу за ее пределы – упадет в воду. Постарайтесь разойтись на мостике так, чтобы не упасть».

Пары участников подбираются случайным образом. При большом количестве участников может одновременно функционировать 2–3 «мостика». Упражнение проходит более эмоционально, если используется не просто полка на ровном полу, а небольшое возвышение (например, для этой цели хорошо подходит перевернутая гимнастическая скамейка). Если же такой возможности нет, следует выбрать или провести на полу прямую полосу (это может быть полоса на линолеуме, продольная рейка в паркете и т.п.) длиной не менее 3-х метров, находящаяся на расстоянии не менее 1 м от ближайшей стены и предметов мебели. Лучше, если она будет иметь ширину 5–10 см, но можно обойтись и простой линией.

**Обсуждение.** Какие чувства участники испытывали при выполнении упражнения? Что помогало, а что мешало успешно выполнить его? Какие есть способы «разойтись на узком мостике»? Чем «упавшие в воду» пары отличались от успешно преодолевших трудную ситуацию? Целесообразно подвести участников к пониманию того, что в выигрыше оказывались не те, кто стремился пройти сам, а те, кто, прежде всего, стремились помочь партнеру.

### **ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Такие упражнения помогут насыщено провести релаксационные, телесно-ориентированные, танцевально-двигательные занятия как с группой, так и индивидуально. Они помогут отдохнуть и расслабиться.

#### **УПРАЖНЕНИЕ «ГРУППОВАЯ СКУЛЬПТУРА»**

**Цель:** развить творческие способности детей, научить терпеливому отношению к другим; снять напряжение.

Каждый участник одновременно выступает в роли скульптора и глины. Он находит свое место в композиции. Работа идет в молчании. В центр комнаты выходит первый участник (любой желающий или назначенный ведущим) и принимает какую-то позу. Затем к нему присоединяется второй, третий пристраивается уже к общей для первых двух участников композиции. Выполняется упражнение достаточно быстро. Все следят, чтобы композиции не превращались в бессмысленную мозаику изолированных фигур.

**Примечание.** Застывшую «скульптуру» можно «оживить».

### **УПРАЖНЕНИЕ «ИЗМЕРЕНИЕ ЛЮБВИ»**

**Цели:** помочь снять напряжение, расслабиться, успокоить детей после активных игр или физических нагрузок; создать позитивный эмоциональный фон для встречи.

**Ведущий:** «Представьте закрытую дверь. На двери написано слово «Любовь». Дверь открывается в мир любви, и за ней можно встретить самых разных людей, существ, предметы, воспоминания, ситуации и состояния сознания. Уделите какое-то время тому, чтобы живо представить эту дверь, ручку двери, надпись на ней. Теперь откройте дверь, и пусть из-за нее появятся первые непроизвольные впечатления. Не загадывайте наперед. Они могут возникнуть в любой форме – образа, физического ощущения, чувства, звука, запаха... Постепенно привыкайте к миру за дверью. Исследуйте его. Что бы вы ни обнаружили, приятное или неприятное, воспринимайте это без каких-либо оценок или толкований; не бегите дальше, но задерживайтесь у каждого возникающего образа. Позвольте ему раскрыть себя полностью. Осознайте, что образ – лишь одно из великого множества проявлений, имеющих отношение к любви. Скажите: «В мире любви есть и это». Затем переходите к другому образу. Выйдите и закройте дверь.

После завершения упражнения поговорите о тех образах, которые вам представились.

**Примечание.** Упражнение можно видоизменить, сменив надпись на двери: «Дружба», «Семья» и т. д.

### **УПРАЖНЕНИЕ «НАЙДИ СВОЮ ЗВЕЗДУ»**

**Цель:** повышение чувства уверенности в себе, расслабление; хорошо подходит для гиперактивных детей.

Игра длится 15–20 минут. Сядьте в круг и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... (если есть возможность, включите приятную инструментальную музыку). А теперь представьте себе звездное небо. Звезды большие и маленькие, яркие и тусклые. Для одних это одна или несколько звезд, для других – бесчисленное множество ярких светящихся точек, то удаляющихся, то приближающихся на расстояние вытянутой руки. Посмотрите внимательно на звезды и выберите самую прекрасную звезду. Быть может, она похожа на вашу мечту? Еще раз полюбуйтесь своей звездой и попробуйте до нее дотянуться. Старайтесь изо всех сил! И вы обязательно достанете свою звезду. Снимите ее с неба и бережно положите перед собой, рассмотрите поближе и постарайтесь запомнить, как она выглядит, какой свет излучает... А теперь проведите ладонями по коленям, вниз к ступням ног, и сладко потянитесь, откройте глаза, возьмите лист бумаги, цветные карандаши и нарисуйте свою звезду. Сохраните свой рисунок, и пусть в трудные моменты вашей жизни эта звезда напомнит вам о том, что мечты сбываются!

## ДРУГИЕ ПОЛЕЗНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Упражнения, которые мы приводим ниже, пригодятся Вам во время длительных бесед, подготовки домашних заданий, помогут расслабиться и передохнуть. Также они подходят для построения доверительных отношений с Воспитанником и определения основных потребностей ребенка.

### УПРАЖНЕНИЕ «БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО»

**Цель:** понять опасения ребенка, определить зоны максимального комфорта для ребенка.

Предложите Воспитаннику изобразить место, где он чувствует себя абсолютно безопасно, комфортно, спокойно. Он сам выбирает карандаши (фломастеры, краски). Если он говорит, что он не умеет рисовать, помогите ему изобразить те образы, символы, которые он вам озвучит. Не забывайте повторять, что как бы он ни рисовал, все получается прекрасно.

### УПРАЖНЕНИЕ «НАРИСУЙ СВОЕ ДОВЕРИЕ»

**Цель:** выявить человека (возможно, вымышленный персонаж), которому ребенок доверяет более всего, на помощь которого рассчитывает. Помочь ребенку осознать, что он не одинок.

Объясните Воспитаннику задание: нужно нарисовать того человека, на поддержку и помощь которого он больше всего надеется. Рисунок может состоять из образов (например, сердечко, солнышко, свеча...). В процессе рисования обсуждайте с Воспитанником то, что он хочет изобразить.

### УПРАЖНЕНИЕ «НАРИСУЙ ДЕТАЛЬ»

**Цель:** развить творческое и ассоциативное (образное) мышление; упражнение подходит и для установления контакта.

Проводится в группе или в паре (Наставник – Воспитанник). На одном листе бумаги каждый рисует один любой элемент. Рисует столько, пока не оторвет карандаш от листа. Потом передает лист следующему. Тот дорисует что-то свое. В конце они вместе рассматривают полученное изображение и пытаются найти в нем сюжет или предметы. В процессе рисования лучше использовать разные цвета карандашей, которые дети выбирают самостоятельно.

### УПРАЖНЕНИЕ «ЗЕРКАЛЬНОЕ РИСОВАНИЕ»

**Цель:** построение доверительных отношений.

Играет пара. Лист бумаги делится на 2 равные части вертикальной чертой. Один игрок рисует что-то на своей половине, второй повторяет все его линии зеркально на своей части листа. Если играют только дети, они могут поменяться ролями. В случае, если один из играющих взрослый, лучше предложить ребенку возможность быть первым.

- В конце упражнения важно обсудить то, что нарисовано, и спросить:
- ✓ Как каждый из детей чувствовал себя в роли человека, за которым все время кто-то подсматривает или повторяет?
  - ✓ Как дети чувствовали себя, когда им все время приходилось догонять кого-то, повторять за ним, а не придумывать рисунок самостоятельно?

### «МОСТ ИЗ ПРОШЛОГО В БУДУЩЕЕ»

**Цель:** помочь ребенку избавиться от груза прошлых обид или тревог и позитивно посмотреть в будущее.

Предлагается изобразить мост, но не сам по себе, а из определенного места (возможно, прошлое или настоящее человека) в будущий пункт назначения. Важно, чтобы человек изобразил себя на рисунке – на мосту или в одном из нарисованных мест. Обсудите рисунок (что обозначают те или иные символы, детали, цвета; почему именно в это место ты идешь и т.п.).

### ПРИТЧА О КОЛОДЦЕ

*Однажды осел упал в колодец и стал громко вопить, призывая на помощь. На его крики прибежал хозяин ослика и развел руками – вытащить ослика из колодца было невозможно. Тогда хозяин рассудил: «Осел мой уже стар, и ему недолго осталось, а я все равно хотел купить молодого осла. Этот колодец совсем высох, я давно хотел его засыпать и вырыть новый. Так почему бы не убить двух зайцев – засыплю-на я старый колодец, да и ослика заодно закопаю».*

*Недолго думая, он пригласил соседей. Все дружно взялись за лопаты и стали бросать землю в колодец. Осел сразу же понял что к чему и начал громко вопить, но люди не обращали внимания на его вопли и молча продолжали бросать землю в колодец. Однако очень скоро ослик замолчал. Когда хозяин заглянул в колодец, он увидел, что каждую горсть земли, которая падала на спину ослика, тот стряхивал и приминал ногами. Через некоторое время, к всеобщему удивлению, ослик оказался наверху и выпрыгнул из колодца!*

*Так вот... Возможно, в вашей жизни было много всяких неприятностей, и в будущем жизнь будет посылать вам все новые и новые. И всякий раз, когда на вас упадет очередной ком, помните, что вы можете стряхнуть его и именно благодаря этому кому подняться немного выше. Таким образом, вы постепенно сможете выбраться из самого глубокого колодца.*

*Каждая проблема – это камень, который жизнь кидает в вас, но ступая по этим камням, вы можете перейти бурный поток.*

### БАНКА ЖИЗНИ

*Студенты уже заполнили аудиторию и ждали начала лекции. Вот появился преподаватель и выставил на стол большую стеклянную банку, что многих удивило:*



– Что вы можете сказать об этой банке? – спросил он.

– Ну, она пустая, – ответил кто-то.

– Совершенно верно, – подтвердил преподаватель, затем достал из-под стола мешок с камнями и начал укладывать их в банку до тех пор, пока они не заполнили ее до самого верха. – А теперь?

– Ну, а теперь банка полная! – опять сказал кто-то из студентов.

Преподаватель достал пакет с горохом и начал засыпать его в банку. Горох заполнил пространство между камнями.

– А теперь?

– Теперь банка полная!!! Тогда преподаватель достал пакет с песком и засыпал его в банку, пока в ней не осталось свободного пространства.

– Ну, теперь-то банка точно полная, – загалдели студенты. Тогда преподаватель, хитро улыбаясь, вытащил две бутылки с водой и влил их в банку.

– А вот теперь банка полна! – сказал он. – Что сейчас произошло? Банка – это наша жизнь, камни – самые важные в жизни вещи: семья, дети, любимые, все, что имеет для нас значение; горох – это то, что не так значимо: дорогой костюм или машина; песок – мелкое и незначительное, проблемы, сопровождающие нас на протяжении жизни. И если бы я сначала заполнил банку песком, то в нее не вошли бы ни горох, ни камни... Никогда не позволяйте мелочам заполнять вашу жизнь, закрывая вам глаза на более важные вещи.

## ДВА ДРУГА

Однажды два друга поспорили, и один из них дал другому пощечину. Последний, чувствуя боль, но ничего не говоря, написал на песке:

– Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощечину.

Они продолжали идти и нашли оазис, в котором решили искупаться. Тот, что получил пощечину, едва не утонул, и друг спас его. Когда он пришел в себя, он написал на камне: «Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь».

Тот, кто дал пощечину и который спас жизнь своему другу, спросил его:

– Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему?

Друг ответил:

– Когда нас обижают, мы должны написать это на песке, чтобы ветер мог стереть слова. Когда кто-то делает что-то хорошее для нас, мы должны выгравировать это на камне, чтобы никакой ветер не смог стереть это.

## ВЫБОР ЗА ТОБОЙ

«Это невозможно!» – сказала Причина.

«Это безрассудство!» – заметил Опыт.

«Это бесполезно!» – отрезала Гордость.

«Попробуй...» – шепнула Мечта.

# Анкета самооценки будущего Наставника

В завершении важно сказать, что Наставником может стать каждый. Более того, мы почти каждый день выступаем в этой роли: для близких, детей, соседей, коллег. Мы ежедневно заботимся о ком-то, переживаем и помогаем кому-то. Вероятнее всего, рядом с вами есть тот, для кого вы являетесь авторитетом, советчиком, учителем или другом. Именно это и есть наставничество, хоть мы и не привыкли называть эти отношения таким словом. Дети-сироты нуждаются в том, что вы уже давно делаете для своего окружения и что, как правило, не составляет сверхусилий для вас. Поэтому не стоит опасаться, что вы не обладаете достаточными навыками и знаниями и не сможете справиться с ролью Наставника. А для того, чтобы вы убедились в готовности стать Наставником для ребенка-сироты, мы предлагаем вам ответить на несколько простых вопросов.

ЕСТЬ ЛИ У МЕНЯ ЖЕЛАНИЕ ПОМОГАТЬ ДЕТЯМ-СИРОТАМ?

- да
- нет

МОГУ ЛИ Я ВЫДЕЛИТЬ ДЛЯ ЭТОГО 2-3 ЧАСА В НЕДЕЛЮ?

- да
- нет

Я УМЕЮ ДРУЖИТЬ

- да
- нет

МОИ РОДНЫЕ И БЛИЗКИЕ ПОДДЕРЖИВАЮТ МЕНЯ В ЭТОМ РЕШЕНИИ,  
НЕ БУДУТ ПРЕПЯТСТВОВАТЬ И КРИТИКОВАТЬ МЕНЯ

- да
- нет

МНЕ В ТОЙ ИЛИ ИНОЙ МЕРЕ ПРИСУЩИ ТАКИЕ КАЧЕСТВА:

- доброта
- общительность
- отзывчивость
- терпение
- любознательность
- ответственность
- целеустремленность
- постоянство

Я УМЕЮ:

- делать покупки
- составлять бюджет
- планировать время
- готовить
- рисовать, танцевать, петь, вышивать, играть на гитаре
- что-то ремонтировать
- работать на компьютере
- качественно отдыхать
- зарабатывать деньги
- другое \_\_\_\_\_

Я ХОТЕЛ(-А) БЫ ПОДЕЛИТЬСЯ ЗНАНИЯМИ И ЖИЗНЕННЫМ ОПЫТОМ С ПОДРАСТАЮЩИМ ПОКОЛЕНИЕМ:

- да
- нет

Я ПОНИМАЮ, ЧТО НЕ ВСЕГДА БУДЕТ ЛЕГКО, НО Я ВСЕ РАВНО ГОТОВ(-А) ПОМОГАТЬ РЕБЕНКУ

- да
- нет

Я ГОТОВ(-А) СОВЕТОВАТЬСЯ И ДЛЯ МЕНЯ ВАЖНО УСЛЫШАТЬ МНЕНИЕ ЛЮДЕЙ (ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПЕДАГОГОВ, СПЕЦИАЛИСТОВ СЛУЖБЫ ПО ДЕЛАМ ДЕТЕЙ)

- да
- нет

МНЕ ВСЕГДА ИНТЕРЕСНО УСЛЫШАТЬ ОТ ЛЮДЕЙ / ДЕТЕЙ МНЕНИЕ ОБО МНЕ

- да
- нет

Я ПОНИМАЮ, ЧТО НАШИ НАСТАВНИЧЕСКИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ МОГУТ ПЕРЕРАСТИ В КРЕПКУЮ И ДОЛГОСРОЧНУЮ ДРУЖБУ, И РАД(-А) ЭТОМУ

- да
- нет

Я ГОТОВ(-А) К НОВЫМ УВЛЕКАТЕЛЬНЫМ ОТКРЫТИЯМ, КОТОРЫЕ СДЕЛАЮ ВМЕСТЕ С РЕБЕНКОМ:

- да
- нет

Я ХОЧУ ПОПЫТАТЬСЯ ВЗГЛЯНУТЬ НА МИР ГЛАЗАМИ РЕБЕНКА, СТАТЬ ЕМУ ДРУГОМ И ПОДДЕРЖКОЙ:

- да
- нет

*Если на большинство вопросов вы ответили положительно – поздравляем: вы можете быть Наставником для ребенка-сироты!*



## Список рекомендованной литературы

Для того, чтобы стать хорошим Наставником, нужно постоянно повышать свой профессиональный уровень. Мы рекомендуем всем Наставникам читать специализированную литературу в сфере педагогики, детской психологии, возрастной физиологии. Просто интересоваться тем, что происходит в мире, а также тем, что сейчас интересует молодежь. Ниже мы приводим список книг, которые будет интересно и полезно почитать всем, кто воспитывает детей, а также перечень веб-сайтов, где можно найти массу полезной информации как для родителей, так и для Наставников.

**РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА**

- ✓ Алис Миллер. Драма одаренного ребенка и поиск собственного Я. – М.: Академический Проект, 2001.
- ✓ Байард Р.Т., Байард Дж. Ваш беспокойный подросток. Практическое руководство для отчаявшихся родителей. – М.: «Семья и школа», 1995.
- ✓ Гезалов А. Соленое детство. Автобиографическое эссе. – М.: Издательство «Благо», 2002.
- ✓ Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: Издательство: АСТ, 2008.
- ✓ Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. – М.: Издательство: АСТ, 1997.
- ✓ Джен Паркер, Джен Сімсон. Чтоб ребенок рос счастливым. Советы для родителей. – Харків: Видавництво і друкарня «Тірамід», 2007.
- ✓ Дорис Бретт. Жила была девочка, похожая на тебя ...Психотерапевтические истории для детей.
- ✓ Жаклин Уилсон. Девочка-находка. // Издательство: «Росмэн-Пресс», 2006.
- ✓ Леви В. Как воспитывать родителей, или новый нестандартный ребенок. // Издательство: Торобоан, 2005.
- ✓ Петрановская Л. В класс пришел приемный ребенок. – М.: Издательство «Студия – диалог», 2009.
- ✓ Петрановская Л. Как ты ведешь себя? 10 шагов по изменению трудного поведения. Пособие для приемных родителей. – М.: Издательство «Студия – диалог», 2010.
- ✓ Сюзен Форвард. Токсичні батьки. // Видавництво «Свічадо», 2010.
- ✓ Франсуаза Дольто. На стороне подростка. – Екатеринбург: «Рама Паблшинг», 2010.
- ✓ Франсуаза Дольто. На стороне ребенка. – СПб.: Издательство «Петербург – XXI век», 1997.
- ✓ Шипицына Л. М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. – 2-е изд., перераб. и дополн. – СПб.: Речь, 2005.
- ✓ Эксклайн Вирджиния. Игровая терапия (Дибс в поиске себя). // Издательство: Апрель-Пресс, Эксмо, 2003 г.

**РЕКОМЕНДОВАННЫЕ ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ**


- |                        |                              |
|------------------------|------------------------------|
| ✓ onehope.com.ua       | ✓ www.pochemu4ka.ru          |
| ✓ innewfamily.narod.ru | ✓ www.murzilka.org           |
| ✓ www.ditu.gov.ua      | ✓ www.koob.ru/age_psychology |
| ✓ www.adalin.mospsy.ru | ✓ www.trepsy.net             |
| ✓ www.detgazeta.ru     | ✓ nastavnik.org.ua/forum     |

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- ✓ Тренинговая программа подготовки Наставников для детей-сирот и детей, лишенных родительского попечения, Проект Наставничества ОДНА НАДЕЖДА, Киев, 2011 г.
- ✓ Тренинг для менеджеров Программы Наставничества подростков из приемных семей», – цикл семинаров по Наставничеству № 5, Дастиан Норс (Магистр Социального Обеспечения), Бренда Ингрэм (Магистр Социального Обеспечения). Издано группой ЕМТ (Оценка. Управление. Обучение) по заказу Калифорнийского Отдела Программ для алко- и наркозависимых.
- ✓ Программа Наставничества для подростков. Университет Бейлора. Книга для тренера. Издано организацией «Ментор партнершип» (Национальная организация партнерства в сфере Наставничества), 1998 г.
- ✓ Ответственное Наставничество, или Как поговорить с подростком о таких сложных вопросах как секс, наркотики и т. д. // Цикл семинаров по Наставничеству № 4, Дастиан Норс, М. С. В. (Магистр Социального Обеспечения). Издано группой ЕМТ (Оценка. Управление. Обучение) по заказу Калифорнийского Отдела Программ для алко- и наркозависимых.
- ✓ Элементы Эффективной Практики для Программы Наставничества», треть издание. Издано организацией «Ментор партншип» (Национальная организация партнерства в сфере Наставничества), 2005 г.
- ✓ Підготовка кандидатів у прийомні батьки та батьки-вихователі: Посібник тренера. Загальний огляд/Автори-упоряд.: Г. М. Лактіонова, Г. О. Притиск, О. А. Калібаба та ін.; За заг. ред. Г. М. Лактіонової. – К.: Наук. світ, 2006. – 72 с. (10 сесій)
- ✓ Польська методика «Індивідуальні плани роботи з дитиною та сім'єю».
- ✓ Прихожан А. М., Толстых Н. Н. Психология сиротства. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2007. – 416 с.
- ✓ Петрановская Л. В класс пришел приемный ребенок. М.: «Студио-Диалог», 2009. – 170 с.
- ✓ Уроки самостійності для молоді: Методичний посібник. Частина 1 / Автори-упорядники: Джоана Бакмен, Дон Бакмен, Галина Шейфер, Гіллерміна Підгайська та ін. – Київ, 2007







# Проект Наставничества ОДНА НАДЕЖДА

Проект Наставничества ОДНА НАДЕЖДА внедряется в Киеве с 2009 года. В рамках Программы Наставничества, созданной нашим Проектом, было разработано три направления взаимодействия с детьми-сиротами и детьми, лишенными родительской опеки: профориентация, социализация и помощь в учебе. Определены такие формы взаимодействия как индивидуальная и групповая. Дети, вовлеченные в Программу Наставничества, находятся в интернатах, детских домах, приютах и других учреждениях (всего охвачено одиннадцать учреждений в Киеве и Киевской области).

**Цель Проекта Наставничества ОДНА НАДЕЖДА** – поиск, обучение и сопровождение Наставников на территории учреждений, в которых проживают дети-сироты и дети, лишенные родительской опеки.

Проект Наставничества ОДНА НАДЕЖДА работает в тесном сотрудничестве со Службой по делам детей г. Киева, а также Социальной службой по делам детей, семьи и молодежи г. Киева. В январе 2012 года был подписан договор о сотрудничестве между Проектом Наставничества ОДНА НАДЕЖДА и Службой по делам детей Киевской области. Несмотря на то, что Программа Наставничества еще достаточно молодая, интерес к ней уже проявили специалисты и в других областях: Ровенской, Херсонской, Львовской, а также белорусские коллеги. Поэтому для желающих внедрять наши идеи в регионах и других странах в 2011 году стартовала Школа Наставничества. Первая Школа была проведена на базе Киевского регионального офиса, еще 2 – в Ровно и Херсоне в январе–феврале 2012 года.

С началом Проекта в Программе Наставничества уже приняли участие 200 детей. Из них 146 детям были подобраны Наставники (68 детей задействованы в индивидуальной форме и 78 – в групповой форме взаимодействия). Шестеро детей ведут электронную переписку с Наставниками. За период с июня 2009 года по декабрь 2011 года в Программе приняли участие 83 Наставника. Важно отметить, что количество Наставников к концу 2011 года выросло в четыре раза по сравнению с 2010 годом (в 2010 их было 18 человек, а в декабре 2011 – уже 83!). Обучение по Программе получили около 200 человек. Наибольшее количество детей участвуют в направлении «социализация» – 70 человек. В направление «профорентация» вовлечено 57 детей, а в направление «помощь в учебе» – 16 детей.

Специалисты Проекта Наставничества ОДНА НАДЕЖДА постоянно повышают свой профессиональный уровень с помощью специально разработанных тренингов, а также регулярно проводят встречи с целью повышения уровня подготовки к взаимодействию с детьми для Наставников, задействованных в Программе Наставничества.

*Чтобы стать Наставником, Вам не понадобится никаких особенных навыков. Нужно лишь уметь слушать, иметь желание заботиться и передавать свой опыт и знания. Став Наставником, Вы не только инвестируете в будущее, но и в настоящем получите массу разнообразных эмоций и узнаете о себе много нового.*

## ПОМНИТЕ!

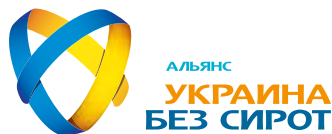
- ✓ Нельзя обещать того, чего Вы не сможете сделать
- ✓ Нельзя обещать того, что от Вас не зависит
- ✓ Не ставьте неосуществимых целей
- ✓ Не рассчитывайте на огромный и мгновенный результат (работа идет на перспективу, на будущее и результат можно сразу не увидеть)
- ✓ Не относитесь к ребенку как «к одному из» (не употребляйте выражений типа: «неблагополучный ребенок», «конфликтный ребенок»). Постарайтесь увидеть в ребенке личность
- ✓ Не критикуйте ребенка. Можно критиковать поведение: «мне не нравится этот поступок» или «мне неприятно, когда ты так говоришь». Нужно разобраться в побудительных мотивах любого поведения
- ✓ Не говорите, что ребенок врет (используйте другие выражения: «боится сказать правду» и т. п.)
- ✓ Не обещайте ребенку, что с ним этого больше не повторится
- ✓ Не обвиняйте ребенка в том, что уже произошло – у жертвы нет выбора
- ✓ Не говорите, что если бы ребенок поступил иначе, то все было бы по-другому
- ✓ Не продолжайте работать с ребенком, если чувствуете неприязнь к нему
- ✓ Умейте «пройти» мимо ребенка, если не можете помочь ему
- ✓ Если работа прекращается, обязательно предупредите об этом ребенка.



Международная общественная  
организация «Одна надежда».  
Проект наставничества ОДНА НАДЕЖДА

ул. Тропинина, 8,  
Киев, 04107, Украина

Тел./факс: +380 44 359 08 00  
onehopekiev@gmail.com  
info@onehope.com.ua  
www.onehope.com.ua



Альянс «Украина без сирот»

а/я 185, г. Киев, 03055,  
Украина

Тел: +380 93 494 04 03  
bezsyrit@gmail.com  
www.ukrainabezsyrit.org

**ОДНА НАДІЯ**  
НАШІ ДІТИ, НАШЕ МАЙБУТНЄ, НАША ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ



АЛЬЯНС  
**УКРАИНА**  
БЕЗ СИРОТ