

**Цели:** дать возможность получить опыт присоединения к группе, создать правила и отработать навыки присоединения к группе; проанализировать уже имеющийся опыт взаимодействия в дружеских отношениях.

**Навыки, над которыми работаем:**

- умение присоединяться к группе
- умение отстаивать свои интересы мирным путем
- умение знакомиться
- умение вступить в обсуждение

**Материалы:** газета (или коврик), веревочки для деления на пары, листы бумаги, карандаши, мелки, фломастеры.

**Работа группы**

*Разминка*

Очертите на полу небольшой по площади квадрат (или расстелите газету). Предложите ребятам уместиться на этой площади всем вместе.

*Работа по теме занятия*

**1** Выберите добровольцев (по количеству предполагаемых троек).

**В** Упражнение может быть сложным для подростков с трудностями в общении. Подойдите внимательно к выбору добровольцев. Это должны быть эмоционально устойчивые, уверенные в себе ребята.

Разделите оставшихся участников группы на пары с помощью веревочек. Для этого зажмите в руке несколько веревочек (вполовину меньше, чем количество участников вашей группы). Каждый участник подходит к ведущему и берет за один конец веревочки. Ведущий отпускает руки, и все участники оказываются случайным образом раз-

биты на пары. Каждая пара получает задание — нарисовать общий рисунок (или любое другое задание на совместную деятельность).

**2** Спустя 5 минут после начала работы к каждой паре присоединяется третий участник из числа заранее выбранных добровольцев.

**NB** *Не оговаривайте, что именно должен делать третий участник и как должны реагировать на его появление в паре.*

В тройках ребята взаимодействуют еще 10 минут.

**3** Соберитесь в общий круг и обсудите, как проходило упражнение. Как вел себя третий участник? Как его принимали в паре? Кто по итогам игры оказался включенным в общее дело? Почему? Есть ли кто-то из третьих участников, кто так и не присоединился к парам? Почему так произошло? Были ли участники, которым не понравилось присоединяться к уже работающей паре?

**NB** *Обязательно проведите обсуждение эмоционального опыта участников.*

Скажите ребятам, что у каждого из нас в жизни бывают такие ситуации — и мы оказываемся «третьими лишними», и к нам иногда присоединяются люди, которых мы не звали. Предложите обсудить, как стоит себя вести «третьему лишнему», чтобы наладить контакт, включиться в общее дело. Варианты, которые предлагает группа, зафиксируйте на доске. Обязательно обсудите, как вести себя тем, к кому присоединяются. Рассмотрите несколько разных ситуаций. Будет здорово, если вы рассмотрите и ситуацию вежливого отказа (не обидного для участника).

**NB** *Обратите внимание на то, что мы оставляем участникам свободу решать, оставаться в отношениях или нет. Нет задачи любой ценой остаться в паре (или принять третьего). Сделайте на этом акцент: как у «третьего лишнего», так и у людей в паре есть несколько вариантов поведения, в том числе и выйти из отношений, если они становятся тягостными.*

**4** Дружить — это здорово. Но в дружбе (как и в любых отношениях вообще, например, с родителями) бывает и что-то плохое, неприятное, трудное. В отношениях могут возникать разные чувства — ра-

★ *Сценарии занятий*

дость, воодушевление, спокойствие, доверие, а также обида, ревность, злость, страх потерять отношения и многие другие.

**5** Прочитайте текст «Как Марина и Алена перестали быть лучшими подругами».

Марина всегда приезжала на летние каникулы к бабушке в другой город. Там она уже много лет дружила с соседской девочкой Аленой. Алена была старше Марины на пару лет, ей уже исполнилось 14. Марина считала ее своей лучшей подругой. Они переписывались весь учебный год, и обе очень ждали встречи.

И вот в конце учебного года Марина засобиравалась к бабушке. Она с радостью представляла себе, как они с подругой будут гулять по лесу, купаться в речке, делиться сокровенными мыслями, мечтать.

Но Марину ждал не очень приятный сюрприз. У Алены появились новые друзья — ее ровесники, мальчики и девочки. Они дружили вместе уже несколько месяцев и были просто «не разлей вода». Встречались они обычно во дворе возле школы, много общались, пели песни под гитару и гуляли до позднего вечера. Это была настоящая компания, каких еще не было в Марином классе.

Алена, конечно, очень обрадовалась приезду Марины. Несколько дней они действительно провели, гуляя по лесу и рассказывая друг другу новости. Больше всего Алена рассказывала о своих новых друзьях... И каждый вечер убегала общаться к ним, а Марина шла домой к бабушке.

Однажды Алена пригласила подругу пойти вечером вместе. Марина сильно волновалась, ей очень хотелось понравиться этим ребятам — таким взрослым и интересным. И с ребятами действительно было очень весело. Они шутили, вспоминали смешные истории про своих учителей, а потом стали петь песни под гитару. Марина уже освоилась в компании, смеялась вместе со всеми. Даже рассказала пару историй о своей школе. И когда ребята спросили ее, что бы она хотела спеть, она назвала пару своих лю-

бимых песен. Ребята засмеялись и, ничего не сказав, стали петь другие песни, которых Марина совсем не знала.

Вскоре Марина засобиравалась домой, ведь бабушка не отпускала ее гулять допоздна. Она ушла, пообещав прийти на следующий день. Ей очень понравилась взрослая компания.

Но на следующий день Алена рассказала ей, что после ее ухода мальчишки стали смеяться над той музыкой, которую она слушала. Они передразнивали ее и выставили ее малолетней дурочкой. Слушая это, Марина была готова провалиться сквозь землю от стыда. Она покраснела и даже не знала, что ответить. Так глупо она выглядела вчера, так нелепо вела себя... Неужели Алена даже не заступилась за нее? Почему она не намекнула Марине, что та делает что-то не то? Марина не нашла, что сказать подруге, и ушла домой, хотя Алена звала ее купаться на речку.

Уже дома она расплакалась и пообещала себе больше никогда не ходить в эту компанию.

И слово свое она сдержала. Даже спустя много лет, когда она приезжала к бабушке, она далеко обходила дворы возле школы, чтобы не встретиться с теми ребятами. И каждый раз ее охватывало жгучее чувство стыда и обиды на подругу.

С Аленой отношения испортились. Марина считала, что это настоящее предательство — не заступиться за лучшую подругу, когда над ней смеются. Но сказать об этом Алене она так и не смогла.

Алена продолжала иногда общаться с Мариной, но перестала звать ее в компанию, заходила все реже и реже. Она не понимала, почему Марина обижается на нее. Компания была очень дорога Алене, со взрослыми ребятами общаться намного интересней. Ведь Алена не обязана ни за кого заступаться!

В общем, Марина и Алена перестали дружить. Совсем прекратились совместные походы на речку и в лес, не хотелось делиться друг с другом секретами.

Так и прошло это лето. Каникулы показались Марине такими долгими и скучными... Впервые она радовалась, что наконец начинается учебный год.

Конечно, в школе у Марины появились новые друзья. Она выросла и сама стала дружить со взрослой компанией и гулять допоздна. И играть на гитаре она научилась сама. И сама может спеть под гитару свою любимую песню.

Но эту историю Марина вспоминает и сейчас, хотя прошло уже много лет. И иногда боится знакомиться с новыми компаниями.

С Аленой Марина помирилась только через год, следующим летом. Они снова стали общаться, но уже никогда не были лучшими подругами.

Обсудите рассказ в кругу. Какие чувства испытывали девочки? Кто из них был прав? Как бы вы поступили, окажись вы на месте Марины или Алены? Случались ли у вас в жизни похожие ситуации?

Вариант рассказа про мальчиков.

Дома я был насупленный, и мне было все равно, так что даже с тетей Викой я не спорил. Послушно умылся, послушно съел морковь со сметаной, послушно пошел спать. Но не заснул. Обида грызла. На Юрку. После того как появился Янка, Юрка стал со мной совсем не таким. Будто надоел я ему. Они теперь все время вместе, и куда один — туда и другой. А меня когда позвуют, а когда и забудут. Сейчас забыли. И я стал такой скучный и одинокий... На Янку я ни капельки не злился. Если бы нам втроем одинаково дружить, я бы только радовался. Но теперь я в сторонке. Все время я это чувствую. Иногда просто до слез чувствую... А что, если Юрка станет уже не друг, а... просто как все мальчишки? Как мне тогда жить? У меня же, если честно, у меня кто есть на свете? Мама, папа да Юрка. Он-то этого не знает, про такие вещи не говорят никому. Но себе можно сказать. Если не вслух, то в мыслях. Ночью, когда рядом никого нет.

Я лежал, отбросив подушку и запрокинув голову. Смотрел на розовую луну в бледном небе. Быстро темнело, и луна становилась все ярче. И расплывалась, расплывалась в глазах. Я со злостью моргнул, перевернулся на живот.

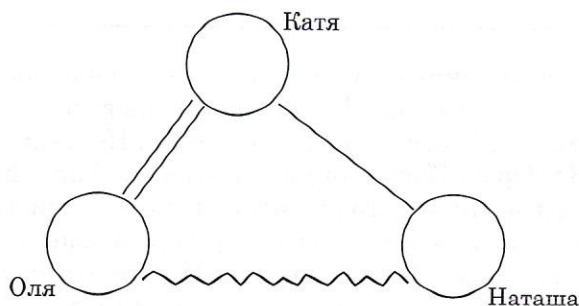
Ладно, Юрочка, живи как хочешь, я набиваться в друзья больше не буду. В конце концов, и без тебя хватает на свете хороших людей...

...С Юркой я назавтра помирился. А что еще было делать? Но легче не стало. Я не знал, что делать и как жить дальше.

Спросите участников, были ли у них такие ситуации? Как они справились с ними? Как они думают, чем кончится история про мальчиков?

Мы уже говорили о том, что у каждого из нас в жизни бывают такие ситуации, в которых мы или кто-то другой оказываемся «третьими лишними».

На рисунке представлено, как можно изобразить отношения в тройке.



Предложите участникам группы создать свой рисунок отношений в тройке.

### *Заключительное обсуждение*

Проведите обсуждение занятия в общем кругу. Что было самым интересным и важным сегодня? Что нового ребята узнали о себе, об окружающих, о теме? С каким чувством они уходят?