**Психологическая и социальная подготовка воспитанников к выходу из центра**

***Аннотация.*** *Психологическая и социальная подготовка воспитанников к выходу из центра представляет собой комплекс мероприятий, направленных на обеспечение плавного и успешного перехода воспитанников к самостоятельной жизни. Основные компоненты этой подготовки включают в себя развитие эмоциональной устойчивости, формирования навыков общения и социального взаимодействия, а также обучение основам самоуправления и планирования. Важное место занимает создание условий для формирования позитивной самооценки и уверенности в собственных силах.*

***Ключевые слова:*** *психологическая подготовка, социальная адаптация, эмоциональный интеллект, коммуникативные навыки, самостоятельная жизнь, профессиональные навыки, правовое сознание, поддержка семьи, социальное взаимодействие, самоопределение.*

Состояние воспитанников центра, готовящихся к самостоятельной жизни, часто описывается как смятение перед новыми вызовами. Несмотря на формально открывающиеся перед ними возможности, они сталкиваются с большими трудностями в выборе пути.

Основной проблемой является отсутствие близких людей, которые бы помогали им в принятии решений. Выпускник центра обычно переживает психологический стресс. Ведь в учреждении его позиция имела объектный характер: о нем заботились и обеспечивали всем необходимым. Выйдя из центра, он вынужден сам создать условия для нормальной жизни. Иными словами, выпускнику предстоит самостоятельно организовать своё жизненное пространство, так как у него отсутствует опыт для подражания и преемственность.

Такого ребенка можно считать «выброшенным» из привычной структуры и «не встроенным» в новую социальную систему. На выпускника ложатся две основные задачи: начать самостоятельное существование и сформировать границы своего нового жизненного пространства.

Проблемы выпускников центра обусловлены недостатками системы интернатных учреждений. Это проявляется в иждивенчестве, неумении обращаться с материальными вопросами, экономикой и личной собственностью; трудностях в свободном и спонтанном общении, необходимости самостоятельно строить отношения; инфантилизме, задержке самоопределения, незнании себя как личности, неспособности к осознанному выбору своей судьбы.

Таким образом, психологическая и социальная подготовка воспитанников к выходу из центра является важнейшей составляющей их успешной и стабильной интеграции в общество. Этот процесс требует системного подхода, который включает в себя множество аспектов, таких как развитие эмоциональной устойчивости, навыков общения, социальной адаптации и самостоятельности.

Психологическая подготовка начинается с диагностики внутреннего состояния воспитанников, выявления их индивидуальных особенностей, страхов и тревог. Для этого используются различные методы, такие как тестирования, беседы и наблюдения. На основе полученных данных составляется индивидуальный план поддержки и развития, который включает в себя работу с психологом, тренинги и групповые терапевтические занятия.

Одним из важнейших элементов психологической подготовки является развитие эмоционального интеллекта. Воспитанникам помогают осознать и выразить свои чувства, понять эмоции других людей, управлять своими реакциями в сложных ситуациях. Для этого проводятся занятия по эмоциональной грамотности, ролевые игры и творческие упражнения, такие как рисование или написание дневников.

Социальная подготовка направлена на развитие навыков, необходимых для полноценной жизни в обществе. Это включает обучение основам личной гигиены, финансовой грамотности, ведению домашнего хозяйства и планированию времени. Воспитанников учат готовить еду, ухаживать за собой и своим жилищем, а также планировать и соблюдать бюджет.

Значительное внимание уделяется развитию коммуникативных навыков. Воспитанникам помогают научиться эффективно взаимодействовать с окружающими, строить и поддерживать здоровые отношения, решать конфликты и работать в команде. Для этого проводятся тренинги по деловому общению, групповые занятия по методам ненасильственного общения, а также различные ролевые игры, которые моделируют реальные жизненные ситуации.

Особое место в социальной подготовке занимает обучение профессиональным навыкам и помощь в трудоустройстве. Воспитанников ориентируют в выборе профессии, помогая им определить свои интересы и способности, знакомят с различными сферами деятельности. Проводятся мастер-классы и тренинги по написанию резюме, подготовке к собеседованию, а также встречи с представителями различных профессий. Центр сотрудничает с местными предприятиями и организациями, предоставляя своим воспитанникам возможность прохождения стажировок и получения первых рабочих мест.

Подготовка к самостоятельной жизни также включает в себя формирование правового сознания. Воспитанников ознакомляют с их правами и обязанностями, основами законов и правовой системы государства. Проводятся лекции и семинары на темы гражданских прав и обязанностей, основ государственного устройства, трудового законодательства и иных важных аспектов.

Неотъемлемой частью подготовки является работа с семьей и близким окружением воспитанников. Центр организует встречи и консультации для родственников, помогая им понять особенности и потребности выпускников, оказывать поддержку и создать благоприятные условия для интеграции. Поддержка семьи играет ключевую роль в успешной адаптации воспитанников и их дальнейшем развитии.

Таким образом, комплексная психологическая и социальная подготовка воспитанников к выходу из центра способствует формированию у них необходимых для самостоятельной жизни знаний, умений и навыков. Этот системный подход обеспечивает им уверенность в своих силах, эмоциональную стабильность и готовность к полноценной жизни в обществе.

**Список использованной литературы**

1. Бурмистрова Е.В. Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде): Методические рекомендации для специалистов системы образования. – М.: МГППУ, 2016. – 359 с.
2. Василькова Ю.В., Василькова Т.А. Социальная педагогика: курс лекций: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. завед. / Ю.В. Василькова, Т. Шакурова М.В. Методика и технология работы социального педагога: Учеб. пособ. для студ. высш. пед. учеб. завед. - М.: Издат. Центр «Академия» 2022. – 272 с.
3. Казакова Е. И. Система комплексного сопровождения ребенка: от концепции к практике. - СПб., 2018. – 364 с.
4. Мардахаев Л.В. Социальная педагогика. – М.: Гардарики, 2022. – 269 с.
5. Мигелёва П. В. Содержание и методы работы социального педагога. // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. 2021. – № 3. – 40 с.
6. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2022. – 226 с.
7. Торохтий В. С. Технологии психолого-педагогического обеспечения социальной работы с семьёй. М., 2021. – 238 с.