

**Курашимский филиал
имени Героя Советского Союза Федора Григорьевича Старцева
МАОУ «Платошинская средняя школа»**

**Программа
организации профилактической работы с подростками
на основе результатов социально-психологического
тестирования**

педагог-психолог
Прозорова Светлана Павловна

Курашим - 2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Профилактика употребления психоактивных веществ в образовательной среде введена в требования Федерального государственного образовательного стандарта (далее – **ФГОС**, стандарт). ФГОС любого уровня образования ориентирован на становление личностных характеристик выпускника, осознанно выполняющего и пропагандирующего правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды.

Организация профилактической работы с обучающимися образовательной организации является этапом, следующим за проведением социально - психологического тестирования.

Полученные результаты (СПТ) определяют направленность и содержание профилактической работы с обучающимися, позволяют оказывать обучающимся своевременную адресную психолого-педагогическую помощь.

В 2020-2021 году в тестировании приняло участие 62 обучающихся школы. Результаты обработки достоверных анкет выявили повышенную вероятность вовлечения (группу риска) у 15 обучающихся (24,19%) и явную рискогенность социально-психологических условий у 5 обучающихся (8,06%).

На основании Сборника методических материалов по организации профилактической работы на основе результатов социально-психологического тестирования (Авторы-составители: Шведчикова Ю.С., Биктагирова М.Ф. Под ред. Шведчиковой Ю.С. – Пермь, 2020) была составлена Программа организации профилактической работы в школе психологом.

При разработке Программы руководствовались Концепцией профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (утв. Министерством образования и науки РФ от 5.09.2011 г.), а так же следующими **нормативно-правовыми документами обеспечивающими системную профилактику в образовательной среде:**

- Федеральный закон от 24.06.1999 г. № 120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Письмо Минобрнауки России от 29.09.2017 г.

№ МД1197/06 «О концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде»;

- Федеральный закон от 08.01.1998 г. № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.06.2014 г. № 658 установлен порядок проведения социально-психологического тестирования обучающихся.

Цель Программы: коррекция определенных психологических особенностей у обучающихся, затрудняющих их социальную адаптацию и повышающих риск вовлечения в систематическое употребление ПАВ.

Задачи:

- ✓ развитие психологических и личностных свойств обучающихся, препятствующих формированию зависимости от ПАВ;
- ✓ формирование психологических и социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни;
- ✓ создание благоприятного доверительного климата в коллективе и условий для успешной психологической адаптации.
- ✓ проведение индивидуальных консультаций с родителями.

Психологические технологии с подростками реализуются в групповой работе и при индивидуальном консультировании обучающихся, с родителями и классным руководителем только индивидуально.

Групповая деятельность с подростками – социально-психологические тренинги и занятия-беседы, круглый стол, работа в группах, групповые консультации, психодиагностика. Особенностью занятий является дискуссионный характер общения с подростками, способствующий возникновению доверительной атмосферы, что позволяет ведущему затрагивать сложные темы, которые обычно подростки обсуждают только между собой, получая искаженную, противоречивую информацию. Доверительные отношения побуждают подростков открыто высказывать свои мысли, выражать свои чувства, что позволяет ведущему эффективно воздействовать на сознание подростков в процессе проведения занятий.

Индивидуальная коррекционная работа с подростками – личные беседы, игры и упражнения, психодиагностика. Потребность в одиночестве

присуща всем подросткам и необходима для развития личности, самосознания в этом возрасте..

Консультативная работа с педагогическим коллективом с целью оптимизации взаимодействий в системе «педагог-учащийся».

**План мероприятий профилактической работы педагога-психолога по
результатам социально-психологического тестирования
2020-2021 учебный год**

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный
1.	Анализ результатов СПТ, выявление обучающихся с высоким риском вовлеченности в зависимое поведение. Создание и ведение карты	декабрь 2020	Психолог
2.	Проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся	декабрь 2020	Социальный педагог, нарколог
3.	Индивидуальные консультации обучающихся по результатам СПТ по шкалам методики ЕМ СПТ 2020	январь 2021	Психолог
4.	Индивидуальные консультации родителей по результатам СПТ	январь-февраль 2021	Психолог
5.	Диагностическое собеседование с классным руководителем (характеристика) для уточнения, подтверждения результатов СПТ, выявление нюансов, конкретизация проявления личностных особенностей и межличностного взаимодействия. Коррекция плана воспитательной работы классного руководителя с учетом результатов СПТ.	до 30 января 2021	Психолог, классный руководитель
6.	Организация групповых профилактических мероприятий индивидуального психологического сопровождения для каждого подростка	январь-май 2021	Психолог
7.	Анализ эффективности реализованных планов деятельности	до 10 июня 2021	Психолог, классный руководитель

Направления профилактической деятельности

1. Аналитическая деятельность

По результатам СПТ все респонденты классифицируются по четырем группам на основе соотношения и выраженности показателей «Факторы риска» и «Факторы защиты», от которых зависит содержание комплексной профилактической программы, реализуемой в образовательной организации:

Факторы	Рекомендации	Мероприятия
Благоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты: низкая выраженность факторов риска и высокая выраженность факторов защиты	Поддержание и укрепление существующих ресурсов защиты и снижение вероятных факторов риска. Зачастую факторы риска лежат в поле возрастных особенностей обучающихся. Ориентация профилактической работы – на саморазвитие личности обучающихся.	Активизация вовлеченности подростков в кружки и секции. Участие в классных и общешкольных мероприятиях.
Актуализация (выраженность) факторов риска при достаточной выраженности факторов защиты: высокая выраженность факторов риска и высокая выраженность факторов защиты.	Усиление базовой профилактической работы, направленной на снижение факторов риска, и укрепление существующих ресурсов защиты	Индивидуальная работа с обучающимся по развитию самооценки, навыков противостояния манипуляции и самоконтроля, формирование самостоятельного и критического мышления, формирование внутриличностной защиты от внешнего негативного воздействия, формирование осознанного неприятия к употреблению ПАВ. Междисциплинарное взаимодействие специалистов
Редукция (снижение) факторов защиты при допустимой выраженности	Усиление базовой профилактической работы, направленной на	Тренинги на взаимодействие в классном коллективе.

факторов риска: низкая выраженность факторов риска и низкая выраженность факторов защиты.	поддержание и укрепление ресурсов защиты. – Данная категория обучающихся нуждается в постоянном педагогическом контроле, в «особом внимании» со стороны педагогов	Работа с родителями, с целью укрепления семейных связей, актуализации существующих ресурсов семьи и скрытых воспитательных потенциалов. Реализации совместных проектов разной направленности (культурных, творческих, спортивных и т.п.).
Неблагоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты: высокая выраженность факторов риска и низкая выраженность факторов защиты	; Выстраивание работы в сотрудничестве с клиническими психологами, психиатрами, обращаться за методической поддержкой в центры психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи; Организация проведения индивидуально-профилактической работы, или проведение корректировки ее плана, так как обучающиеся данной категории уже могут состоять на различных видах профилактического учета	Включение данной категории обучающихся в комплексную профилактическую деятельность. Организация наставничества в отношении детей «группы риска», как способа организации их социально-педагогического сопровождения.

Разработка рекомендаций по уточнению плана профилактики на основе анализа результатов социально-психологического тестирования

Вид профилактической деятельности	Объекты коррекционно-развивающей деятельности	Основания
Коррекция психологических факторов	Негативная установка по отношению к социальным требованиям – несогласие с ними, непонимание, протест,	ПАУ+ По-

	оппозиция	
	Подверженность негативному влиянию группы	ПВГ+ СП-
	Склонность к совершению необдуманных поступков	СР+ И+
	Трудность переживания жизненных неудач	Ф+ Т+
	Неэффективность саморегуляции	СП- И+
	Неуверенность в своих силах	С- Ф+
	Неблагополучие взаимоотношений с социальным окружением	ПР- ПО-
	Пассивность жизненной позиции, социальная пассивность	СА-
Коррекция социально-психологических условий обучения	Психологический климат в коллективе обучающихся	Нездоровый психологический климат в классе
	Противоречия, разногласия, конфликты с педагогами и обучающимися	Наличие конфликтов
Формирование жизненных навыков и конструктивных стратегий поведения стресса	Коммуникативные навыки	Не сформированы коммуникативные навыки
	Навыки эффективного отказа	НСО+
	Психологическая устойчивость и уверенность в своих силах в трудных жизненных ситуациях	Неумение переживать ситуацию проигрыша и жизненные трудности

2. Информационно-просветительская деятельность

С обучающимися:

- Информирование о возможности получения психологической помощи в трудных жизненных ситуациях.
- Информирование о последствиях употребления ПАВ (физическим, психическим и социальным).

С родителями:

- Информирование о результатах СПТ и мероприятиях, проводимых в рамках профилактики употребления ПАВ.
-
- Информирование о возможности получения психологической помощи в трудных жизненных ситуациях.

- Развитие профилактической компетентности родителей.
- Ознакомление с индикаторами употребления ПАВ обучающимися.
- Ознакомление с индикаторами отклоняющегося поведения обучающихся.

С классными руководителями:

- Информирование о результатах социально-психологического тестирования (по образовательной организации в целом/ по классам или учебным группам).
- Предоставление рекомендаций классным руководителям (кураторам групп) по коррекции плана профилактики негативных явлений среди обучающихся в классе или учебной группе.
- Развитие профилактической компетентности педагогов.
- Ознакомление с индикаторами употребления ПАВ обучающимися.
- Ознакомление с индикаторами отклоняющегося поведения обучающихся.
- Формирование представлений о компонентах безопасной образовательной среды, правилах психолого-педагогического общения с обучающимися, рисках отклоняющегося поведения.

3. Коррекционно-развивающая деятельность

Вид профилактической деятельности	Объекты коррекционно-развивающей деятельности	Мероприятия
Коррекция психологических факторов отклоняющегося поведения	Негативная установка по отношению к социальным требованиям – несогласие с ними, непонимание, протест, оппозиция	Активное социальное обучение социальным важным навыкам Тренинг резистентности (устойчивости) к негативному социальному влиянию. Тренинг асертивности или аффективно-ценностного обучения. Тренинг формирования жизненных навыков
	Подверженность негативному влиянию группы	
	Склонность к совершению необдуманных поступков	
	Трудность переживания жизненных неудач	

	Неэффективность саморегуляции	
	Неуверенность в своих силах	
	Неблагополучие взаимоотношений с социальным окружением	
	Пассивность жизненной позиции, социальная пассивность	
Коррекция социально-психологических условий обучения	Психологический климат в коллективе обучающихся	Коллективные формы работы: анкетирование, классные часы, уроки нравственности, тренинги, деловые игры, наблюдение за поведением учащихся на уроке Индивидуальные формы работы: индивидуальные консультации, беседы, работа с родителями, посещение семей на дому
	Противоречия, разногласия, конфликты с педагогами и обучающимися	
Формирование жизненных навыков и конструктивных стратегий поведения стресс	Коммуникативные навыки	Тренинг нестандартных решений в трудной жизненной ситуации Развитие рефлексии, временной перспективы и способности к целеполаганию
	Навыки эффективного отказа	
	Психологическая устойчивость и уверенность в своих силах в трудных жизненных ситуациях.	

4. Оценка эффективности профилактической деятельности

Реализация Программы предполагает овладение подростками следующими знаниями:

1. О методах и приёмах самоанализа, самопознания, самосовершенствования;
2. О приёмах саморегуляции, релаксации;
3. Об индивидуально-личностных особенностях;
4. О способах поведения в конфликтных и стрессовых ситуациях;
5. О навыках эффективного взаимодействия с окружающими.

и умениями:

1. Применять на практике навыки саморегуляции, самоконтроля, релаксации; овладеть способами выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально приемлемых формах;

2. Осознавать, принимать и понимать чувства, эмоции, настроения свои и окружающих людей, проявлять сочувствие, сострадание, эмпатию;

3. Овладеть навыками уверенного поведения, бесконфликтного общения;

4. Уметь самостоятельно принимать решения в ситуациях нравственного выбора;

5. Правильно реагировать в трудных жизненных ситуациях;

6. Применять навыки социально-психологической адаптации в современном социуме.

На основании ожидаемых результатов проводится анализ эффективности реализованной Программы.

Основное содержание деятельности педагога-психолога

1. Психолого-педагогическая диагностика в Программе

Цель: получение информации о динамике психического развития обучающихся и планирования дальнейшей сопровождающей работы, выработки рекомендаций по оптимизации учебно-воспитательного процесса, оценки эффективности профилактической работы.

Программа диагностики личности подростка

Название, автор	Цель
Методика КОС	Коммуникативные и организаторские способности
Рисунок человека (К.Маховер)	Особенности личности
Опросник Леонгарда	Акцентуации характера
Тест Айзенка «Самооценка психических состояний»	Тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность
Шкала тревожности Кондаша	Уровень межличностной, самооценочной, школьной тревожности
Опросник С.Шварца	Ценностные ориентации
Методика «Пословицы» С.М.Петровой	Сформированность нравственных представлений, особенности ценностных отношений к жизни, к людям, к самим себе
Опросник Басса-Дарки	Агрессивность, враждебность
Тест Айзенка	«Тип темперамента» Особенности темперамента

2. Индивидуальные консультации с подростком. Рекомендации по конструктивному общению с подростком

- ✓ Применение приемов ненасильственного общения: активное слушание, Я-сообщение, отказ от речевой агрессии.
- ✓ Обращайтесь к подростку по поводу нарушения им правил поведения с помощью речевого сообщения – «Я-высказывания» («Я узнала», «Мне сообщили»). Дайте понять, что такое поведение не прошло незамеченным, опишите его.
- ✓ Выразите свои чувства по этому поводу («Я чувствую, что...», «Я огорчена, обеспокоена» и т.д.).

- ✓ Укажите на возможные последствия такого поведения, как вы их видите («Это, на мой взгляд, может привести...»)
- ✓ Выскажите свои мысли по данному поводу («Я думаю...», «Я считаю...»; «Мне кажется...»; «По-моему...»; «На мой взгляд...»).
- ✓ Дождитесь обратной связи, дайте опровергнуть или подтвердить ваши мысли. Будьте готовы к различным реакциям подростка: кричит, молчит, опровергает, обвиняет. Работайте с ним!
- ✓ Выставьте требования домашней «конституции»: «Я собираюсь предпринять меры» (указать, какие).
- ✓ Выразите желание, что следовало бы сделать («Я хочу, чтобы ты бросил нарушать дисциплину, но решение за тебя принимать не могу»). Таким образом вы передаете ответственность за его поведение ему самому.
- ✓ Напомните, что вы готовы помочь, если он захочет этого («Чем я могу помочь тебе?»). Предоставьте инициативу ему. Помогайте, а не овладевайте всей ситуацией.
- ✓ Выразите свою уверенность в том, что он примет верное решение, непосредственно относящееся к его жизни, сохраняющее ее («Я верю, что в следующий раз ты поступишь по-другому»).
- ✓ **Выработка единых правил и требований к подростку:**

- В разговоре с подростком выразите свои чувства по поводу этого разговора, подчеркните важность таких моментов для вас («Я рада, что мы с тобой поговорили»; «Спасибо, что ты меня выслушал»; «Мне было очень важно (трудно) поговорить с тобой на эту тему»).

- Не стоит ругать, обвинять, задавать вопросы «почему», игнорировать, делать так, чтобы подросток испытывал чувство вины, выяснять причину, уличать. Это не будет способствовать налаживанию конструктивных отношений с подростком.

3. Индивидуальных консультациях с родителями.

В современной педагогической практике взрослые часто используют наказание. Наказание может быть эффективным, если соблюдать следующие условия:

- Наказывать как можно реже, только в том случае, когда без наказания нельзя обойтись, когда оно явно целесообразно.

- Наказание не должно восприниматься подростком как месть или произвол. При наложении наказания взрослый ни в коем случае не должен демонстрировать сильный гнев или раздражение. О наказании сообщается спокойным тоном; при этом особо подчеркивается, что наказывается поступок, а не личность.

- Наказание должно в некоторых случаях отменяться, если подросток заявляет, что он готов в будущем исправить свое поведение, не повторять своих ошибок.

- Контролировать режим дня и посещение подростком секций, кружков.

Применение необходимых психолого-педагогических мер в воспитании личности подростка:

Симптомы нарушений	Задачи развития	Методы развития
Нарушение взаимодействия со сверстниками	Научить приемам и навыкам эффективного межличностного общения со сверстниками, установления дружеских отношений, проявлению готовности к коллективным формам деятельности; обучать приемам самостоятельного разрешения конфликтов мирным путем	Участие в играх на организацию внутригруппового сотрудничества и распределения ответственности, на принятие подростком различных ролевых отношений: исполнительских, лидерских, контролирующих и т.д., на переживание общих чувств успеха и неудачи
Нарушение взаимодействия с педагогами	Научить устанавливать адекватные ролевые отношения с педагогами на уроках и вне их, проявлять уважение к преподавателю	Различные ролевые отношения со взрослыми: позиция ведомого, ведущего, контролирующего; принятие помощи взрослого и оказание помощи взрослому; переживание общих чувств
Несоблюдение социальных и этических норм	Подвести к осознанию необходимости принятия и соблюдения социальных и этических норм	Разработка и обязательное выполнение игровых норм поведения и взаимодействия, контроль за исполнением определенных правил другими участниками группы, в том числе взрослыми, проживание различных

		ситуаций в условиях соблюдения и несоблюдения необходимых норм
Неадекватное отношение к себе	Формировать адекватную позитивную «Я-концепцию» и устойчивую самооценку	Создание ситуации успеха, создание условий для осмысления подростком себя, своих поступков и социальных отношений, организация ситуативной позитивной обратной связи и продуктивной критики

4. Коррекционно-развивающая работа с подростками.

Цель: формирование навыков социально-психологической адаптации у подростков.

Групповая работа:

№	Задачи	Содержание
1.	Коррекция агрессивного поведения	Тренинг «Пойми меня»
2.	Формирование положительной нравственной направленности	«Разговор о нравственности»
3.	Развитие коммуникативных и социальных навыков	Тренинг «Мы вместе»

Организационные условия проведения групповых форм работы

1. Возраст участников: с 13 до 17 лет;
2. Численность группы: не более 10 человек;
3. Продолжительность занятий: 45 минут (1 академический час);
4. Периодичность занятий: 2 раз в неделю на протяжении 4 месяцев, с февраля по май;
5. Количество занятий: 24;
6. Помещение: достаточно просторное, хорошо проветренное, с преобладанием спокойных, неярких цветов в интерьере;

7. Материалы: бумага, карандаши, ручки, фломастеры, мячи, тихая спокойная музыка;

8. Структура занятий: ритуал приветствия, разминка, основное упражнение разминки и ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и саморефлексия (при необходимости рефлексия проводится после или в процессе выполнения упражнения).

9. Перед началом занятий проводятся индивидуальные консультации с каждым подростком. После окончания групповой работы также проводятся консультации, на которых закрепляются произошедшие с детьми изменения и групповое тестирование по методикам Баса-Дарки, КОС, «Пословицы». Тестирование позволяет отследить динамику личностных изменений.

Задачи тренинговых занятий:

- 1) вселить в обучающихся надежду и веру в то, что они могут управлять своей жизнью.
- 2) показать подросткам, что значит уважение.
- 3) помочь подросткам научиться мыслить позитивно
- 4) помочь подросткам научиться принимать решения – самостоятельно и в группе.
- 5) учить подростков ставить себя на место другого, понимать и чувствовать внутренний мир человека, сочувствовать другому человеку.
- 6) помочь обучающимся справляться со своими страхами и стрессом. Показать подросткам, как можно жить без насилия, выражая свои чувства без агрессии и конфликта.
- 7) помочь обучающимся развить в себе сильные стороны своего характера.

1 блок. Коррекция агрессивного поведения

Задачи:

- 1) Обучение подростков приемам общения, стимулирование развития их коммуникативной культуры;
- 2) Формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях;
- 3) Формирование мотивации самовоспитания и саморазвития, обеспечив ее необходимыми психологическими ресурсами и средствами;

- 4) Формирование умения справляться со стрессом;
- 5) Формирование умения делать выбор и принимать решения.

Тематический план тренинга «Пойми меня»

№	Тема	Содержание	Кол-во часов	Методическое, техническое, диагностическое, др. обеспечение
1.	Осознание и понимание своих эмоций и внутреннего состояния	Упражнение «Прогноз погоды», «Самопохвала».	1 час	Лист ватмана листы бумаги, карандаши, восковые мелки
2.	«Проблемы – на передний план» - правила взаимодействия в команде.	Упражнение «Камушек в ботинке», «Зеркало».	1 час	Бумага, карандаши.
3.	Работа с гневом и обидами	Упражнение «Спустить пар» и (или) «Шутливое письмо», «Тень».	1 час	Бумага, карандаши, корзина для бумаг.
4.	Агрессия может быть конструктивной	Игра «Датский бокс», «Обзывалки».	1 час	Изоматериалы.
5.	Что такое «Агрессивное поведение»	Упражнение «Агрессивное поведение», «Путаница».	1 час	Бумага, карандаши.
6.	Снимаем напряжение	Упражнение «Безмолвный крик», «Хочу сказать спасибо».	1 час	Изоматериалы.
7.	Формирование навыков отреагирования эмоций	Упражнение «Любовь и злость», «Компот».	1 час	
8.	Конструктивные способы	Упражнение «Ковер мира», «Цвета».	1 час	Кусок пледа или мягкий коврик,

	разрешения конфликта.			фломастеры, клей и материалы для оформления декораций: алюминиевые блески для вышивания, бисер, ракушки и т.п.
			8 часов	

2 блок. Формирование положительной нравственной направленности

Нравственность (мораль) – одна из важнейших сфер человеческих отношений, полных страстей, внутренней борьбы, взлетов и падений. Моральные проблемы проходят через сердце каждого человека, касаются самых сокровенных желаний, стремлений, чаяний.

Мораль – это единственное знание, которое лежит в основе оценки всех действий и деяний людей и, разумеется, всех направлений их общественной деятельности.

Задачи:

- 1) Создание собственного отношения к жизни;
- 2) Формирование нравственных основ личности;
- 3) Формирование гуманного отношения к окружающему миру;
- 4) Формирование внутренней потребности у обучающихся к самосовершенствованию
- 5) Развитие умения самостоятельно принимать решение в ситуации нравственного выбора.

Овладение комплексом нравственных требований и умений способствует личному развитию подростка. В процессе занятий подростки учатся заглядывать внутрь себя, задумываться о своей жизни, своих взаимоотношениях с окружающим миром, проявлять себя в творчестве.

Тематический план занятий-бесед «Разговор о нравственности»

№	Тема занятия:	Кол-во часов:
---	---------------	---------------

1.	Воспитание человечности. Настоящая мудрость.	1
2.	Кто достоин уважения. Как стать лучше.	1
3.	Разговор о совести. Помогаем другим.	1
4.	Красота души. Учимся видеть хорошее.	1
5.	Золотое правило жизни. Умение прощать.	1
6.	Тропа милосердия. Сила любви.	1
7.	Как стать счастливым. Жизнь в единстве.	1
8.	Быть ответственным. Разговор о совести.	1
		8 часов

3 блок. Развитие коммуникативных и социальных навыков

Задачи:

1. Овладение способами активного продуктивного общения;
2. Развитие доверия к окружающим людям;
3. Осознание различных видов мотивов межличностных отношений;
4. Развитие представлений о ценности другого человека и себя самого;
5. Усвоение способов разрешения собственных проблем.

Проводя занятия, следует особо заботиться о создании атмосферы открытости и спонтанности, где каждый из участников может делиться своими чувствами и личным опытом без боязни быть осужденным или не принятым сверстниками. Поддерживая доброжелательное и заинтересованное отношение к другим людям, следует давать понять подросткам, что в жизни они могут быть любимы или вызывать неприязнь, быть понятыми окружающими или не понятыми, признаваемы в своих правах или нет, поэтому не стоит манипулировать другими в попытке обрести их любовь, приходить в негодование от того, что окружающие тебя не понимают или не принимают таким, какой ты есть, что следует признавать за другими ровно столько же прав, сколько считаешь необходимым иметь сам.

Тематический план тренинга коммуникативных и социальных умений «Мы вместе»

№	Тема	Содержание	Часы	Методическое, техническое, диагностическое, др. обеспечение
1.	Осознание себя. Умение вести беседу.	«Части моего Я» Игратренинг «Таможня» Умение вести разговор»	1	Бумага, наборы цветных карандашей (6 цветов
2.	Умение слушать. Работа с чувствами.	«Слушаем молча» «Значимые люди» «Список чувств»	1	Бумага, наборы цветных карандашей
3.	Типичные проблемы. Игровой тренинг	«Мои проблемы» «Ассоциации»	1	Бумага, ручка
4.	Осознание своих идеалов. Необычный опыт общения.	«Спина к спине» «Мои идеалы» «Монстр»	1	Бумага, ручки
5.	Осознание проблем в отношениях с людьми	«Мои проблемы» «Своё пространство» «Крокодил»	1	Бумага, ручки
6.	Осознание мотивов межличностных отношений.	Выражение чувств. «Мотивы наших поступков» «Чувства без слов»	1	Бумага, ручки
7.	Мотивы наших поступков.	«Мотивы наших поступков» Обратная связь	1	Бумага, ручки

		«Горячее место» «Медитация»		
8.	Отношения с людьми.	«Чувство благодарности» «Телеграммы» «Я в глазах других людей»	1	«Волшебная папка», бланки «телеграмм», ручки.
			8 часов	

5. Индивидуальная работа

На индивидуальных занятиях происходит усвоение знаний, приобретённых во время групповых форм работы, а также создаются условия для самопознания, самораскрытия подростка.

Содержание индивидуальной работы с детьми «группы риска»	Цель Игры и упражнения
Формирование положительной устойчивой «Я-концепции».	«Мой портрет в лучах солнца»; «Я-реальное и я-идеальное». Самоанализ. «Автобиография». Самоанализ «Мой темперамент». Диагностика. «Мой характер». Тест Айзенка. «Тип личности». Тест «Шесть рек» «Мои чувства, мысли и желания»; «Хочу стать личностью. Мои цели, ценности и установки. Планирование жизни» «Хочу, могу, надо». Самовоспитание «Как стать лучше. Приёмы самовоспитания» «Мои способности, интересы, достижения и успехи» и др.
Обучение способам выплёскивание гнева и негативных эмоций в социальноприемлемых формах.	«Копилка обид»; «Грустные мысли»; «Лист гнева»; метание дротиков в мишень; «Подушка-колотушка». «Воздушный шар»
Обучение способам релаксации и саморегуляции.	«Розовый куст»; «Камень у ручья»; Аутогенная тренировка; «Маяк», «Поплавок»; «Передача энергии»

	«Ритмичное дыхание», «плавное дыхание». Самовнушение. Позитивные установки и др.
--	--

6. Диагностико-аналитический этап Программы

Оценка эффективности проведённой работы: Обследование учащихся по диагностическим методикам Программы

Литература

1. Горелов И.Н. Умеете ли вы общаться? Книга для учащихся. – М.: Просвещение, 1991
 2. Дубровина И.В. Предмет и задачи школьной психологической службы // Вопросы психологии. – 1988. – №5. – С.47-54
 3. Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог, 2003. – №№30, 31
 4. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003
 5. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. – М., 2004
 6. Панченко С. Межзвездный скиталец. Психологическая игра для учащихся 6-7классов. // Школьный психолог, 2003. – №16
 7. Практическая психология в тестах. – М., 2001
 8. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Н.Ю.Хрящевой. – СПб.: «Ювента», Институт тренинга, 1999. – 256 с.
 9. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000
 10. Рабочая книга школьного психолога / И.В.Дубровина, М.К.Акимова, Е.М.Борисова и др. / Под ред. И.В.Дубровиной. – М.: Просвещение, 1991
 11. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 1999. – Кн.1. – 384 с.
 12. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей: альбом диагностических и коррекционных методик. – М.: «Романов», 2001
 13. Скребцова М., Лопатина А.. Ступени мудрости – М., 2008 Уроки нравственности. Учебно-методический комплекс.
 14. Реестр психолого-педагогические программ, рекомендуемых для организации и проведения профилактической работы в образовательной организации*
- * все программы прошли экспертную оценку общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России» и рекомендованы для реализации в образовательных организациях
- активная ссылка: <https://rospsy.ru/resultsKP2019>
15. <http://files.rmc24.ru/news/2018/16-program.pdf>
 16. <https://mosmetod.ru>
 17. <http://psy.viro.edu.ru/index.php/85-novosti/187-programma-rovesnik-rovesniku>