

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете
государственного областного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Центр инклюзивного образования»

Протокол № 1 от 27 августа 2025

УТВЕРЖДЕНО

приказом государственного
областного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Центр инклюзивного образования»

№ 152 от 29 августа 2025

Программа профилактики девиантного поведения «Мой выбор»



Составители:
Струкова И.А.,
педагог-психолог
Кадышева Е.В.,
социальный педагог

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	стр 3
2. Концепция программы.....	стр. 6
3. Структура программы.....	стр. 9
4. Этапы реализации программы.....	стр. 11
5. Результаты реализации и критерии оценки.....	стр. 13
6. Список литературы.....	стр. 15
Приложение 1. Диагностический инструментарий.....	стр. 16
Приложение 2. Методический материал к занятиям.....	стр.18

Пояснительная записка

Меняются времена, а вместе с ними возникают иные условия жизни человека. И каждому, кто пытается идти в ногу с новым веком, оказывается очень нужным умение владеть своими мыслями и чувствами, умение мобилизовываться и преодолевать сложности. Одной из важнейших задач психологической службы образовательного учреждения является обеспечение психологического здоровья детей и подростков, а мощнейшим средством его формирования - психическое и личностное развитие школьников, позволяющее обеспечить учащимся психологический комфорт и возможность дальнейшей самореализации. Ребенок должен решать более сложные задачи под руководством взрослых или в тесном сотрудничестве и взаимодействии с «продвинутыми» одноклассниками, оставаясь в зоне собственных интеллектуальных возможностей, «наращивая» актуальный опыт социальных взаимодействий, морально-нравственных представлений, совершенствуя мыслительные операции, индивидуальные способы восприятия и переработки новой познавательной информации. Педагоги и психологи ответственны за скорость протекания и результативность процессов развития под влиянием специально организованного обучения и воспитания. Особую роль в организации системы воспитания ребенка имеет непрерывный диалог педагогов и родителей (семьи и школы) по вопросам обучения и воспитания ребенка и необходимой помощи для его содержания и развития. Особую тревогу вызывают семьи, где родители пренебрегают нуждами ребенка, уклоняются от родительских обязанностей. В ситуации попустительства и бесконтрольности дети не могут самостоятельно научиться действовать по правилам (произвольно), основываясь на вседозволенности и безответственности, дети конфликтуют с педагогами, которые в свою очередь, стараются стимулировать появление у подростков качественных, интегральных, личностных новообразований, такие как: воля, гордость, целеустремленность, пытаясь активно формировать внутренние конструкты смысловой культуры личности, развивая самосознание. Однако недетские переживания подростков из неблагополучных семей наносят непоправимый ущерб психике и сознанию ребенка, последовательно тормозят его психическое развитие. Жестокость, агрессия, насилие, неадекватно завышенные требования к ребенку толкают его к границе риска, где возникает потребность в изоляции не только от семьи, но и от школы, общества, а иногда и от жизни. Мы, взрослые, понимаем, что жить в современном обществе - нелегкое дело. И необходимо учить детей, что, имея свои потребности, нужно признавать и учитывать потребности других людей, имея права, признавать и учитывать права других, понимать язык другого, уметь приходить к согласию, и кооперироваться для достижения общих целей.

Девиантное поведение — это устойчивое поведение личности, проявляющееся в поступках человека, отклоняющееся от каких-либо норм, причиняющее реальный вред личности или обществу. Вопросы и формы проявления девиантного поведения детей и подростков являются предметами изучения многих наук и исследуются известными учеными и специалистами. Данные проблемы рассматриваются в психиатрии, психологии, криминологии, правоведении, социологии.

Девиантное поведение может быть разделено на три группы: (Змановская Е. В., Косабуцкая С. А.):

1. Саморазрушительное поведение - отклоняющееся от медицинских и психологических норм, угрожающее здоровью и развитию личности. Может проявляться в следующих формах: физические и психические нарушения, агрессивное поведение, зависимое или аддиктивное (химическая зависимость, наркозависимость, лекарственная, алкогольная; пищевая зависимость), суицидальное поведение.

2. Асоциальное поведение - отклоняющееся от морально-нравственных норм, непосредственно угрожающее благополучию межличностных отношений. Может проявляться в следующих формах: педагогически запущенный ребенок, социально-запущенный ребенок, социальный сирота, дети «группы риска», трудновоспитуемые дети, беспризорники, уличные дети, дети с проявлениями школьной дезадаптации.

3. Антисоциальное или преступное - отклоняющееся от правовых норм, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей. Может проявляться в следующих формах: делинквентное поведение, правонарушение, агрессивно-насильственное, корыстное поведение.

Создание особой интеграционной, смыслообразующей среды в образовательном пространстве становится почти единственным способом реабилитации подростков. Содержание данной программы предполагает на каждом возрастном этапе развития решать определенные задачи согласно: социальной ситуации развития, кризисных периодов и психологических новообразований на рубеже каждого возрастного периода. В программе профилактики развитие личности подростков реализуется в форме социально-психологического тренинга. Предложен теоретический, методический и практический материал по формированию здорового образа жизни, профилактики отклоняющегося поведения подростков.

В реализации Программы принимают участие: педагог-психолог, педагоги, социальный педагог, обучающиеся, родители.

Цель программы: профилактика девиантного поведения через оказание подросткам поддержки и помощи в полноценной социализации и реализации личностных возможностей, моделирование новых форм поведения подростков в специально создаваемой воспитательной среде, в результате чего восстанавливается позитивное отношение к самому себе и окружающему миру.

Основные задачи программы:

- создание условий для включенности подростка в позитивные социальные отношения;
- знакомство подростков с системой понятий и представлений, необходимых для анализа собственного поведения, группового взаимодействия;
- формирование личной и социальной компетентности учеников с проблемами в поведении.
- обучение подростков моделировать новые формы поведения;
- предоставление подростку возможность самореализации в процессе позитивного социального взаимодействия;
- вовлечение подростков в позитивную деятельность, адекватную их интересам и способностям;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- способствование воспитанию гражданских качеств и толерантности сознания через организацию социально значимой деятельности;
- развитие навыка рефлексии.

Цели и задачи тренинговой работы отрабатываются на разнообразном социально - опытным материале тех сфер, в которых участвует любой человек практически на протяжении всей своей сознательной жизни.

Главный метод программы - социально-психологический тренинг, направленный на внедрение в практику работы интерактивного обучения как максимального использования учебных ситуаций в создании «поля общения» для подростков. Используемые в тренинге интерактивные методы обучения способствуют, прежде всего, формированию образа человека, достойного уважения со стороны окружающих и самоуважения, умеющего терпимо относиться к присутствию разных людей. Это достигается умением понять через внешние действия подростка его внутренний мир, его психологические особенности, которые отражаются в поведении. Интерактивные методы обучения в виде игровых упражнений и диагностических тестов как модели открытого обсуждения развивают в подростках умение спорить, дискутировать, приходить к единому мнению.

Занятия позволяют им самим решать трудные проблемы, создают потенциально большую возможность переноса знаний и опыта деятельности из искусственно создаваемой ситуации в реальную, жизненную; позволяют «сжимать» время, являются психологически привлекательными и комфортными для подростков, дают возможность обучать культуре поведения, приобретать опыт конструктивного взаимодействия и сотрудничества в многонациональном обществе, осознавать собственные установки в формировании толерантных установок. Упражнения на восприятие и взаимопонимание помогают подросткам не только узнать что-то новое об окружающих людях, но и понять их позицию, открыть для себя некоторые причины их поведения. В ходе выполнения практических работ обучающиеся учатся

принимать их такими, каковы они есть, а не такими, какими бы они хотели их видеть, вырабатывают умение принимать себя и других.

В программе учтены основные идеи и принципы образовательной стратегии формирования личности подростков. Тренинг позволяет подросткам сознательно пересмотреть сформированные ранее стереотипы и решать свои личностные проблемы. В ходе тренинга у большинства участников происходит смена внутренних установок, пополняются их психологические знания, и появляется определенный опыт толерантного отношения к себе, окружающим людям. Участники тренинга во время занятий, овладевая различными способами межличностного взаимодействия, становятся более терпимыми и компетентными в сфере общения.

Методы изучения личности разделяются на констатирующие, позволяющие собрать необходимую информацию о личности ребенка и его окружении, и формирующие, определяющие уровень податливости подростка воспитательному влиянию.

Воспитательная работа в школе включает в себя не только воспитание ребенка, но и тесное сотрудничество с семьей. Отмечено, что поведение подростков с девиантным поведением чаще всего является проявлением недостатков семейного воспитания, а жестокость, агрессивность, замкнутость, повышенная тревожность могут принимать устойчивый характер, что, при неблагоприятных стечениях обстоятельств, может приводить к суицидальным случаям.

В этой связи формирование здорового образа жизни и предупреждение отклоняющегося поведения несовершеннолетних становится не только социально значимым, но и психологически необходимым.

Основными принципами работы с подростками 6 - 8 классов как наиболее уязвимыми в современной социально-экономической обстановке являются:

- принцип постепенности: каждое последующее занятие связано с предыдущим, благодаря чему подросток постепенно углубляется в процесс самопознания;
- принцип долговременности, когда ход социального развития подростков на предыдущем этапе тренингов обуславливает последующий;
- принцип преемственности, обеспечивающий непрерывность развития адаптации и социализации в течение трех лет, что позволяет исследовать подростковые личностные особенности в динамике, а также организовывать психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения подростков, начиная со среднего звена.

«Сквозной» мониторинг развития личности подростков дает возможность прогнозировать как успехи, так и проблемы в обучении и воспитании на протяжении всего периода пребывания ребенка в школе.

К основным подходам формирования сопровождения подростков относятся системно - деятельностный подход, предполагающий организацию консультационной деятельности службы сопровождения школы с педагогами, учащимися и родителями, и личностно-ориентированный, связанный с мониторинговой деятельностью, диагностикой личностных особенностей подростков, составлением психологических портретов, выявлением тенденций их изменений. Необходимость реализации данной программы связана с актуальностью формирования здорового образа жизни подростков, профилактикой отклонений в поведении подростков и суицида, увеличением числа правонарушений, совершаемых несовершеннолетними, ростом числа детей, остающихся без надзора родителей, и числа несовершеннолетних, убегающих из дома, подвергающихся насилию.

Компетентность в сфере общения, согласно Федеральным государственным стандартам, становится одной из главных составляющих в жизни любого человека, а в особенности - подростков. Изменившиеся условия жизни подростка заставляют его отказываться от многих привычек, ломают его сформированные ранее стереотипы, которые совсем недавно помогали успешно справляться с различными затруднениями. Неподготовленному подростку очень трудно

решать возникающие проблемы без «потерь», нервных срывов и даже заболеваний. Часто это происходит из-за того, что он боится обратиться за помощью к своим близким, знакомым, окружающим людям, так как просто не умеет общаться или боится широкого общения.

Одно из основных достоинств тренинга в том, что во время занятий подросток чувствует себя принятым и активно принимающим других. Он пользуется доверием группы и не боится доверять свои мысли и чувства, переживания и сомнения другим. Подросток может активно экспериментировать с различными стилями общения, осваивать и отрабатывать навыки толерантного взаимодействия с другими, находить и отрабатывать способы конструктивного решения проблем, ощущая при этом психологическую поддержку, комфорт и личную защищенность. С этой точки зрения тренинг следует рассматривать как целенаправленную и интенсивную подготовку к более активной и полноценной жизни в обществе.

Реализация данной программы способствует:

- решению проблем, связанных с социализацией подростков;
- умению делать правильный выбор в различных ситуациях для включенности подростка в позитивные социальные отношения;
- правильности пользоваться своими правами и обязанностями;
- владению системой понятий и представлений, необходимых для анализа собственного поведения, группового взаимодействия;
- возможности самореализации в процессе позитивного социального взаимодействия;
- воспитанию толерантности.

Программа носит долговременный характер; рассчитана на реализацию в течение 5 лет.

Итоговыми результатами социальной эффективности реализации программы становится:

- формирование у подростков общечеловеческих ценностей и нравственных качеств;
- обучение навыкам социально поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях со сверстниками;
- уменьшение факторов риска, приводящих к осложненному поведению, правонарушениям в подростковой среде;
- формирование навыков уверенного поведения и противостояния давлению внешней среды;
- возросший интерес к совместному времяпровождению родителей и ребенка;
- создание демократичного пространства, учитывающего возможности и потребности каждого участника образовательного процесса и формирующее механизмы личностной и гражданской зрелости, профессионального самоопределения обучающихся;
- формирования навыков здорового образа жизни.

Гарантия прав всех участников программы обеспечивается соблюдением этических принципов, призванных обеспечить решение профессиональных задач.

Концепция программы

Основной концептуальной идеей программы является комплексный подход к профилактике девиантного поведения и формированию здорового образа жизни.

Комплексный подход к формированию толерантности предполагает реализацию образовательного процесса в нескольких аспектах.

- **Личностный:** означает то, как подростки осознают себя в качестве личности, как развивается «Я» во взаимодействии с другими людьми. В основе конфликтов часто лежат психологические особенности людей, их недостаточно развитые коммуникативные навыки. Формирование черт толерантной личности поможет ребятам разобраться в себе, своих достоинствах, в дальнейшем заняться исправлением обнаруженных недостатков.
- **Социальный:** подразумевает необходимость строить взаимоотношения людей на основе договоренностей и уважения друг друга. Концепция «победа на двоих» при разрешении конфликтных ситуаций может быть применена при рассмотрении альтернативных решений в обществе. При обучении подростков очень важно показать, что при разрешении конфликта

лучше всего идти по пути нахождения взаимно - приемлемого решения, учитывая интересы участников конфликта и соблюдая принципы толерантности.

- **Эмоциональный:** означает распознавание своих чувств и умение их выражать. Знание своего отношения к самому себе и окружающим людям, помогает выражать свои чувства в форме понятной для других. Необходимо уверенное владение целым рядом эмоций и понимание того, какие из них допустимы, а какие нарушают «границы толерантности».
- **Интеллектуальный:** развитие понимания и знания того, где и как можно получить нужную информацию и как ею воспользоваться, умение извлекать знания из самых разнообразных источников и пользоваться ими.
- **Правовой:** подразумевает то, что подросткам следует предоставлять возможность самим принимать демократические решения, проводить согласительные процедуры и решать конфликты мирным путем, учиться социальной ответственности и строить дружественное сообщество.
- **Духовный:** связанный с поиском смысла и истины, с развитием нравственных ценностей, с размышлениями над главными вопросами жизни. Подросткам должна быть представлена возможность обсуждать эти вопросы в объективной, компетентной и уравновешенной среде.

Одним из профилактических направлений работы психолога в школе является помощь подросткам в формировании здорового образа жизни, культуры выбора в различных социальных ситуациях, нравственное воспитание, стремление к развитию и самосовершенствованию учащихся. Данная программа необходима для развития умения преодоления трудностей во взаимоотношениях с окружающими людьми.

Основными принципами работы с подростками 6-8 классов как наиболее уязвимыми в современной социально-экономической обстановке являются:

- **принцип постепенности:** каждое последующее занятие связано с предыдущим, благодаря чему подросток постепенно углубляется в процесс самопознания;
- **принцип долговременности,** когда ход социального развития подростков на предыдущем этапе тренингов обуславливает последующий;
- **принцип преемственности, последовательности** обеспечивает непрерывность развития социализации в течение трех лет, что позволяет:
 - ✓ организовывать психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения подростков, начиная со среднего звена;
 - ✓ исследовать подростковые личностные особенности в динамике.

«Сквозной» мониторинг развития личности подростков дает возможность прогнозировать как успехи, так и проблемы в обучении и воспитании на протяжении всего периода пребывания ребенка в школе.

Таким образом, в основу концепции программы положен комплексный и системный подход к диагностике, профилактике и коррекции поведения, а также принцип личностной направленности с учетом индивидуальных склонностей и интересов, своеобразия характеров подростков, подчеркивание достоинств и опора на положительные качества личности.

В программе учтены основные идеи и принципы образовательной стратегии формирования личности подростков. Главный метод работы — это социально-психологический тренинг, направленный на внедрение в практику работы интерактивного обучения как максимального использования учебных ситуаций в создании «поля общения» для подростков.

Интерактивные методы обучения — это модель открытого обсуждения, развивающая в детях умение спорить, дискутировать и решать конфликты мирным путем. Подобранные занятия позволяют подросткам самим решать трудные проблемы, а не просто быть наблюдателями; создают потенциально большую возможность переноса знаний и опыта деятельности из искусственно создаваемой ситуации в реальную, жизненную; позволяют «сжимать» время, являются психологически привлекательными и комфортными для подростков, дают возможность обучать подростков культуре поведения, приобретать опыт конструктивного взаимодействия и сотрудничества в многонациональном обществе, осознавать собственные установки в формировании толерантных установок.

В профилактических программах для подростков с отклоняющимся поведением применяются методы **изучения личности**, которые можно разделить на две группы.

- **Констатирующие:** позволяют собрать необходимую информацию о личности ребенка и его окружении (наблюдение, тестирование, анкеты, социометрия, опросы, интервью, беседы).
- **Формирующие:** определяют уровень податливости подростка воспитательному влиянию (педагогические приемы, такие как «просьба», «поощрение», «авансирование личности», «обходное движение», «прощение», «огорчение»; включение в различные виды деятельности, стимулирование, увлечение, доверие, сотрудничество).

Наиболее эффективными из формирующих методов являются:

- **метод переубеждения:** предоставление подросткам убедительных аргументов, включение их в критический анализ своих поступков;
- **метод переключения:** занятие подростка трудом, учебой, спортом, новой общественной деятельностью.

К основным подходам формирования сопровождения «трудного ребенка» относятся:

- системно - деятельностный подход;
- личностно-ориентированный подход.

Системно - деятельностный подход предполагает:

- организацию консультационной деятельности психолога, социального педагога и заместителя директора по воспитательной работе с педагогами, учащимися и родителями;
- мониторинговую деятельность (диагностика личностных особенностей подростков, составление психологических портретов, выявление тенденций их изменения).

Личностно-ориентированный подход предусматривает создание условий для комфортного обучения и развития подростков с учетом физического, психологического и социального состояния. При этом используются идеи:

- личностной ориентации воспитания и образования;
- гуманно-демократического стиля отношений;
- индивидуального подхода к ребенку;
- опоры на внутренние саморегулирующие механизмы развития личности.

Психолого-педагогическое сопровождение «трудного» ребенка требует соблюдения принципов:

- безусловного принятия ребенка;
- понимания своеобразия психического развития подростка и его самочувствия;
- видения реальных возможностей каждого подростка;
- проявления гибкости в воспитательной тактике, подчиненной индивидуальным особенностям ребёнка;
- уважения к личности подростка;
- готовности к «диалогу на равных».

Анализ данных о воспитательной атмосфере семьи ребенка позволяет понять причины осложненного поведения подростка и оценить меру негативного влияния среды на формирование его личности.

Основными факторами, влияющими на социализацию личности подростка, являются:

- отношение членов семьи к жизненным ценностям (труд, семья, образование, досуг);
- взаимоотношения взрослых членов семьи;
- отношение взрослых к подростку, его учебе, друзьям, совместному досугу.

Реализация данной программы способствует:

- решению проблем, связанных с адаптацией и социализацией подростков;
- умению делать правильный выбор в различных ситуациях для включенности подростка в позитивные социальные отношения;
- умению пользоваться своими правами и обязанностями;
- овладению системой понятий и представлений, необходимых для анализа собственного поведения, группового взаимодействия;
- возможности самореализации в процессе позитивного социального взаимодействия.

Образовательный результат реализации программы состоит в том, что подростки **будут знать документы:**

- Декларация прав человека (1948 г.);
- Декларация прав ребенка (1959 г.);
- Конвенция о правах ребенка (1989 г.);
- Декларация принципов толерантности (1995 г.);

Подростки **будут понимать:**

- связи образа **Я** и собственного поведения (поступки по отношению к себе и другим;
- разнообразия человеческой уникальности;
- понимание и принятие различий между людьми;
- понимание взаимозависимости всех от каждого и каждого от всех;
- способы выражения чувств, принятые обществом;
- способы сопротивления давлению;
- основные принципы и методы конструктивного разрешения конфликтных ситуаций;
- основные принципы толерантного взаимодействия с людьми.

Подростки **овладеют умениями:**

- осуществлять самопознание в целях формирования толерантной личности;
- относиться к себе и окружающим как к уникальностям;
- применять коммуникативные навыки;
- распознавать и управлять своими негативными чувствами;
- следовать принятым нормам и правилам поведения в конкретной группе людей;
- критически осмысливать свои поступки и социальные роли;
- критически осмысливать конфликтные ситуации;
- моделировать конфликтные ситуации и выходы из них, исходя из принципов толерантности;
- оказывать сопротивление давлению;
- отстаивать свои интересы, не прибегая к насилию;
- применять правила толерантного поведения;
- видеть перспективы толерантного мира.

Структура программы

- Организационный (диагностический) этап – получение и осмысление учащимися информации о себе.
- Деятельностный блок, состоящий из нескольких этапов:
 - ✓ коммуникативный - развитие навыков общения;
 - ✓ информационный – получение нормативно - правовых знаний;
 - ✓ формирующий – выстраивание нового типа отношений с самим собой и окружающими;
 - ✓ закрепляющий – приобретение нового позитивного опыта общения и избавление от негативных способов реагирования.
- Аналитический этап – итоговый, **анализ результативности** работы, коррекция программы.

Структурные компоненты занятий

1. Адаптационный компонент предполагает достижения комфортной обстановки в группе при помощи:

- определенных фраз;
- комплиментов;
- выразительных движений (мимики, жестов);
- доброжелательного тона;
- упражнений-разминок.

В начале каждого занятия предлагается проведение специальных упражнений - разминок, направленных на снятие эмоциональной напряженности, физическому раскрепощению участников занятий. Навыку знакомства с участниками группы, посвящено самое первое занятие: именно на данном этапе каждый участник тренинга должен почувствовать себя в безопасной обстановке. Если этого не удастся достигнуть, то вводится дополнительно какое-либо специальное упражнение-разминка, например, на завязывание знакомств, построение дружеских

отношений. В процессе занятий участники периодически «знакомятся», но уже в новых ролевых ситуациях.

2. Информационно-мотивационный компонент предназначен для формирования и формулирования целей и задач занятия совместно с подростками. Это помогает активизировать мотивацию участников, создает ощущение личностной причастности ко всему тому, что происходит на занятиях.

В данной части участникам тренинга раскрывается представленный материал, касающийся проблем нетерпимого поведения, прав, обязанностей и ответственности участников образовательного процесса.

3. Конструктивно-практический компонент содержит:

- обсуждение вопросов;
- обсуждение ситуаций;
- использование игровых технологий;
- отработку поведенческих навыков;
- формирование личностной позиции участников группы по теме через высказывания;
- формулирование собственных мнений.

Основной упор делается на понимание и приобретение конкретных полезных навыков позитивного общения, которые помогут подросткам справиться со своими собственными конфликтами, делать самостоятельный выбор в сторону позитива.

4. Рефлексивный компонент включает:

- обсуждение тем;
- высказывание собственных мнений;
- работу с рабочими листами;
- работу с анкетами;
- работу с тестами.

По окончании занятия проводится обсуждение вопросов практического характера:

- личные впечатления;
- ощущения;
- подведение итогов занятий.

Каждый участник может:

- рефлексировать свое состояние до и после проведения занятия;
- осознать новый опыт и личностное приобретение в результате работы.

Каждое занятие состоит из нескольких упражнений, что в совокупности придает необходимую гибкость динамике проведения тренингов.

Этапы реализации программы

Этапы	6 класс I цикл занятий «Общение в моем мире»	Сроки
1.Диагностический этап Получение и осмысление информации о себе	Занятие 1. «Мир вокруг меня» Занятие 2. «Знакомство с нашими особенностями» Занятие 3. «Я — это я, и это замечательно»	Сентябрь-октябрь
2.Информационный этап Развитие самосознания	Занятие 4. «Доверие в жизни человека» Занятие 5. «Как завязать дружбу» Занятие 6. «мои потребности, цели, ценности» Занятие 7. «Уверенность - неуверенность в себе» Занятие 8. «Поговорим о дружбе» Занятие 9. «Я и мир вокруг меня» Занятие 10. «Эмоции: обида»	Ноябрь Декабрь
3. Формирующий этап Принятие нового позитивного опыта поведения. Развитие способов самоопределения	Занятие 11. «Управление гневом» Занятие 12. «Я и другие» Занятие 13. «Необитаемый остров» Задание 14. «Трудные ситуации в общении» Занятие 15. «Путешествие во Вселенной человеческих взаимоотношений» Занятие 16. «Мои ощущения» Занятие 17. «Мои мысли и чувства» Занятие 18. «Эмблема толерантности» Занятие 19. «Установка на общение» Занятие 20. «Мы вместе»	Январь Февраль Март
4. Закрепляющий этап Избавление от негативных привычек.	Занятие 21. «На что я имею право» Занятие 22. «Правовая ответственность -1» Занятие 23. «Правовая ответственность -2» Занятие 24. «Ситуация принуждения» Занятие 25. «Путешествие по внутреннему миру»	Апрель
5. Аналитический этап	Анализ работы Мониторинг результативности реализации программы	Май
	7 класс II цикл занятий «Разный мир»	Сроки
1. Информационно-диагностический этап Развитие самопознания	Занятие 1. «Личность» Занятие 2. «Характер» Занятие 3. «Мое внутренне «Я» Занятие 4. «Мышление». Занятие 5. «Мышление и стиль обучения» Занятие 6. «Сенсорные предпочтения» Занятие 7. «Темперамент»	Октябрь
2. Формирующий этап Принятие нового позитивного опыта поведения Развитие самосознания	Занятие 8. «Толерантность» Занятие 9. «Межличностное взаимодействие» Занятие 10. «Конфликт» Занятие 11. «Стресс» Занятие 12. «Субъективные ощущения» Занятие 13. «Самооценка» Занятие 14. «Ценности будущего»	Ноябрь Декабрь

	Занятие 15. «Кто я и как я смотрю на других» Занятие 16. «С пьяного взятки гладки?» Занятие 17. «Я уже взрослый» Занятие 18. «Ситуации принуждения» Занятие 19. «Я выбираю свою дорогу сам» Занятие 20. «Ответственность родителей»	Январь Февраль Март
3.Закрепляющий этап Избавление от негативных привычек	Занятие 21. Диспут для подростков «Успех в жизни» Занятие 22. «Ответственность» Занятие 23 «Общение как средство самовыражения» Занятие 24. «Субъективные ощущения» Занятие 25. «Строим город»	Апрель
4. Аналитический этап	Анализ работы. Мониторинг результативности реализации программы	Май
	8 класс III цикл занятий «Толерантность и я»,	
1. Информационно-диагностический этап Развитие самопознания	Занятие 1. «Здравствуйте, это я!» Занятие 2. «Мой Мир» Занятие 3. «Гармония с собой» Занятие 4 «Толерантность: что это» Занятие 5 «Толерантность: это...» Занятие 6 «Толерантная личность» Занятие 7 «Я и группа. Толерантность к себе. Чувство собственного достоинства» Занятие 8 «Я и группа. Толерантность к себе и другим. Самопознание» Занятие 9 «Я и группа: толерантность к себе и к другим. Толерантное общение»	Октябрь Ноябрь Декабрь
2. Формирующий этап Принятие нового позитивного опыта поведения Развитие самосознания	Занятие 10 «Имя собственное» Занятие 11 «Мир различий» Занятие 12 «Интересные люди» Занятие 13 «Внешние и внутренние ощущения» Занятие 14 «Культурный словарь» Занятие 15 Большая психологическая игра «Толерантность» Занятие 16 «Доверие к окружающим» Занятие 17 «Оценка собственной толерантности» Занятие 18. «Описание поведения» Занятие 19. «Трудные ситуации в общении» Занятие 20 «Я и другие. Или другие и я?» Занятие 21 «Толерантность в общении»	Январь Февраль Март
3.Закрепляющий этап Избавление от негативных привычек. Развитие коммуникативных компетенций	Занятие 22 «Толерантность к другим: разные миры» (ч. I) Занятие 23. «Толерантность к другим: разные миры» (ч. 2) Занятие 24 «Толерантность к другим: учимся сочувствию» Занятие 25 «Границы толерантности»	Апрель
4. Аналитический этап	Анализ работы Мониторинг результативности реализации программы	Май

Критерии ограничения и противопоказания на участие в программе

Данная программа относится к профилактическому виду, поэтому исключение составляют случаи девиантного поведения подростков, имеющие патопсихологическую природу и нуждающиеся в медицинской помощи.

Программа предусматривает профилактику отклонений и социализацию подростков, некоторые ограничения связаны с поэтапным (возрастным) освоением программы. Участие в программе могут принимать как дети с проблемами в поведении, так и подростки, желающие формировать в себе навыки уверенного поведения и умения противостоять давлению внешней среды.

Результаты реализации программы

Реализация программы должна способствовать формированию здорового образа жизни, достаточного уровня сформированности навыков самоопределения и самореализации.

Промежуточную оценку результативности реализации программы можно проводить через анализ показателей:

- представления подростка о том, чему он научился во время работы группы;
- оценку изменений в поведении и деятельности ребенка, его эмоциональном самочувствии, даваемую учителями и родителями;
- эмоциональный комфорт всех участников программы;
- включение учащихся в различные виды деятельности (познавательную, социальную, эстетическую, трудовую, спортивную)

Итоговыми результатами социальной эффективности реализации программы становится:

- формирование у подростков общечеловеческих ценностей, нравственных качеств, чувства эмпатии;
- обучение навыкам социально поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях со сверстниками;
- уменьшение факторов риска, приводящих к осложненному поведению, правонарушениям в подростковой среде;
- формирование навыков уверенного поведения и противостояния давлению внешней среды;
- возросший интерес к совместному времяпровождению родителей и ребенка;
- построение учебно-воспитательного процесса на основе эффективных здоровьесберегающих образовательных технологий, отличающихся личностно-ориентированной направленностью;
- создание демократичного пространства, учитывающего возможности и потребности каждого участника образовательного процесса и формирующее механизмы личностной и гражданской зрелости, профессионального самоопределения обучающихся;
- обеспечение организационно-педагогических условий для сохранения, укрепления, восстановления здоровья обучающихся школы и формирования навыков здорового образа жизни.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Основным качественным показателем результативности являются:

- снижение количества учеников, относящихся к «группе риска»;
- эмоциональный комфорт всех участников образовательного процесса;
- социально-психологическая адаптация учащихся к условиям обучения;
- применение здоровьесберегающих технологий;
- включение учащихся в различные виды деятельности (познавательную, социальную, эстетическую, трудовую, спортивную);
- сохранение физического и психического здоровья учащихся.
- адаптация и социализация подростков, испытывающих трудности психологической или социально – психологической природы;
- повышение психологической компетентности педагогов и родителей.
- уменьшение факторов риска, приводящим к осложненному поведению, правонарушениям в подростковой среде.

- формирование навыков уверенного поведения и противостояния давлению внешней среды.
- формирование здорового образа жизни.

Для оценки собираются данные в соответствии с показателями-индикаторами, включающие:

- аналитические отчеты;
- результаты анкетирования подростков, родителей, педагогов;
- наблюдения, индивидуальные беседы, консультирование (индивидуальное и групповое всех участников программы).

Данные анализируются, на основе этого выстраиваются основные направления коррективной и дополнения реализации программы.

Одним из основных показателей реализации программы является показатель уровня воспитанности, включающий:

- отношение к себе, своему здоровью;
- соответствие поведенческих показателей каждого ученика правилам поведения в школе;
- отношение к обществу и природе;
- отношение к общественной собственности;
- отношение к учебному труду.

Заключение

Подростковый возраст - важнейший период в психосоциальном развитии человека. Подросток - уже не ребенок, но еще не взрослый. Он активно включается во взрослую жизнь, формирует свою идентичность, осваивает различные социальные роли. Его глобальная жизненная ориентация зависит от того, как он будет относиться к миру в целом, к себе и другим в этом мире. Проблема осознания подростками собственной взаимосвязи с другими, умение строить взаимоотношения и взаимодействия с миром, людьми и самим собой - одна из важнейших задач данной программы. Чем раньше начат процесс формирования готовности к сотрудничеству, тем скорее происходит осознание личностью своих возможностей, роли, посильной помощи в ситуациях взаимодействия. Поэтому ребенка практически с рождения можно и нужно ориентировать на осознание и установление гуманных взаимодействий с окружающим миром и людьми. В этом большую помощь могут оказать занятия по воспитанию сотрудничества среди подростков через интерактивные методы обучения. Интерактивное обучение - обучение, погруженное в процесс общения, основанное на учебно-воспитательном взаимодействии ученика с другими учащимися и всеми теми, кто включен в эту работу. Преимущество реализации программы в виде социально-психологического тренинга в том, что в ненавязчивой форме подростки участвуют в создании алгоритма своего будущего. Занятия в форме тренингов дают им возможность приобретать необходимые знания, умения и навыки толерантного взаимодействия, повышающие компетентность в социальной сфере, которые будут использоваться ими в течение всей жизни.

Список литературы.

1. Баркан А.Н. Практическая психология для родителей или как научиться понимать своего ребенка. – М.,1999.
2. Горьковая И. «Медико-психологическое исследование формирования характера делинквентных подростков», наук, Санкт-Петербург, 2002
3. Захаров А.И. Детские неврозы (психологическая помощь родителям и детям) – СПб.,1995.
4. Исаев Д.Д. Журавлёв И. И. Дементьев В.В. Озерецковский С.Д. «Типологические модели поведения подростков с различными формами аддиктивного поведения», С-Пб, 1997
5. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. – М., 2001.
6. Левитов Н.Д. Отчего возникают недостатки в характере школьников и как их исправлять. М.: Издательство АПН РСФСР, 1991.
7. Леви В. Нестандартный ребёнок. М., 1989.
8. Личко А.К. Психопатии и акцентуации характеров у подростков. Л., 1997.
9. Личко А.Е. Попов Ю.В. «Делинквентное поведение, алкоголизм и токсикомании у подростков», Москва, 1988»
10. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. – СПб.,2000.
11. Моница Г.Б. Тренинг общения с ребёнком – СПб.,2001.
12. Петрушинский В.В. Игры: обучение, тренинг, досуг. М.:Новая школа, 1994.
13. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. М. Владос, 1995.
14. Сартан Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. – М.,1999.
15. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 2. – М.,1999.
16. Ди.Снайдер Практическая психология для подростков, или найти свое место в жизни. М.: АСТ-Пресс, 1998.
17. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг. М.: Физкультура IT, 1998.
18. Шадура А.Ф. Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адаптации С-Пб.: Питер, 2003.

Диагностический инструментарий.

Диагностика личностных особенностей подростков, склонных к отклоняющемуся поведению, включает изучение эмоционально-волевой и мотивационной сферы, межличностных отношений, уровня тревожности, агрессивности, акцентуаций характера, самооценки, направленности личности, ценностных ориентаций, отношений с коллективом, статусного положения.

- **Опросник Басса – Перри** для диагностики склонности к агрессии.
- **Опросник Р. Кеттелла** для измерения 16-ти факторов личности. Анализируется также совокупность факторов в их взаимосвязи, блоках. Признаки нарушений поведения у подростков по опроснику:

- Аффективное поведение
- Склонность к агрессии
- Асоциальное, аморальное поведение
- Склонность к правонарушениям группового характера
- Склонность к алкоголизации

- **ПДО** (пат характерологический опросник А.Е.Личко акцентуаций характера) для определения типа характера при психопатиях, акцентуациях характера, являющихся крайними вариантами нормы.

Признаки нарушений поведения у подростков по результатам проведения ПДО: неустойчивая акцентуация; склонность к риску, контакту с асоциальными личностями, прогулам; склонность к групповым нарушениям, бродяжничеству, вероятность демонстративного суицида, суицидального поведения, склонность к агрессии.

- **Тест М. Люшера.**
- **Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (7 шкал).**
- **Опросник Басса-Дарки** для изучения агрессии и враждебности (физическая агрессия, косвенная, раздражение, негативизм, обида, подозрительность, вербальная агрессия, чувство вины).
- **Опросник Айзенка (темперамент)** для диагностики экстра-, интроверсии, нейротизма.
- **Шкала реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина.**

Позволяет оценить уровень ситуативной и личностной тревожности. Оценивается самочувствие в данный момент и обычно, определяется уровень самооценки личностной тревожности, фрустрированности, агрессивности, ригидности.

- **Шкала тревожности А.М. Прихожан.**

Методика включает ситуации 3-х типов:

- ситуации, связанные со школой, общением с учителями;
- ситуации, актуализирующие представления о себе;
- ситуации общения.

- **Опросник-анкета направленности личности.**

Ориентационная анкета Б. Басса состоит из 27 пунктов суждений, по каждому из которых возможны 3 варианта ответа, составляющих 3 направления личности. Подросток выбирает степень соответствия трех утверждений себе. С помощью этой методики выявляется степень направленности: на себя, на общение, на дело.

- **Тест «Незаконченное предложение»**

Используется для исследования направленности индивиду, системы его отношений. Каждое из 60 незаконченных предложений направлено на выявление отношения испытуемого к той или иной группе социальных или личностных интересов и пристрастий. Все предложения в соответствии с ключом разносятся по шкалам, после чего производится качественный анализ каждого предложения. По результатам графически изображается профиль личности.

- **Методика оценки уровня притязаний и самооценки Дембо – Рубинштейн**

Предназначена для изучения уровня самооценки и притязания.

- **Шкала одиночества — опросник Рассела, Пепло, Фергюсона**

Цель: исследование уровня субъективного ощущения человеком своего одиночества, которое может быть связано с тревожностью, социальной изоляцией, депрессией, скукой. Предлагается 20 утверждений.

- **Социометрия** Цель: диагностика внутригрупповых отношений, определение статуса каждого члена группы, уровня благополучия взаимоотношений в группе.

- **Тест «Несуществующее животное»**

Цель: определение личностных особенностей. Это проективный рисуночный тест. Испытуемому предлагается нарисовать несуществующее животное и ответить на ряд вопросов о жизни этого животного.

- **Кинетический рисунок семьи.**

Для диагностики внутрисемейных отношений подростку предлагается нарисовать всех членов семьи, занятых каким-нибудь делом. Интерпретации подлежит движение, символы, нажим, штриховка, структура рисунка, цвет

Тесты и анкеты для изучения личности подростка

1. Тест по выявлению уровня коммуникабельности
2. Тест по выявлению уровня личностного коммуникативного контроля
3. Тест для выявления интересов учащихся
4. Тест по выявлению мотивов выбора профессии
5. Анкета по изучению сформированности профессиональной направленности учащихся
6. Анкета для выявления уровня профессионального самоопределения
7. «Выявление агрессивности у подростка» (анкета для родителей)
8. Анкета для родителей «Мнение о стиле воспитания»
9. Диагностика уровня сформированности толерантности у подростков (опросник)
10. Анкета для подростков по проблеме наркотической зависимости в подростковой среде.
11. Анкета (изучение мнения подростков по проблемам зависимостей)
12. Анкета по изучению уровня осведомленности детей и подростков по проблеме табакокурения
13. Тест «Легко ли вам отказаться от нежелательной привычки?»
14. Анкета способностей подростка
15. Диагностика нравственной воспитанности

Методический материал к занятиям

Занятие 1 «Мир вокруг меня».

Цель: знакомство, создание настроения на продолжительную работу, восстановление ощущения ценности своей личности.

Материалы: листы для записей, ручки, заранее подготовленные описания значения имен участников.

1 Вступительное слово ведущего – 5 мин.

Задачи: объяснение понятий групповой работы, ее целей и задач; выработка правил работы в группе.

Сегодня мы начинаем с вами цикл групповых занятий по психологии, где будем узнавать новое как о себе самих, так и об окружающих. Ведь хорошее понимание себя и других помогает нам по жизни достигать более высоких вершин. Как и любая другая форма взаимодействия, психологические занятия имеют свои правила работы. Давайте их обсудим.... (выработка правил работы группы).

2 Упражнение «Представление» – 15 мин.

Задачи: выяснение общего настроения и самочувствия участников.

По кругу каждый называет свое имя и ожидания от занятия, а также свои мысли и чувства на данный момент.

3 Упражнение «Измерим друг друга» (по росту, по длине волос, по цвету глаз, по дням рождения) – 10 мин.

Задачи: снятие психологических барьеров, мешающих эффективному взаимодействию, создание рабочей атмосферы в группе.

Ваша задача, без слов, распределиться на воображаемой шкале по следующим критериям: по росту, по длине волос, по цвету глаз, по дате рождения.

Примерные вопросы для обсуждения: было сложно или легко справиться с заданием? Что помогло? Как понимали друг друга? Можно ли выделить человека, который руководил выполнением задания группой? И др.

4 Упражнение «Что значит ваше имя?» - 25 мин.

Задачи: углубленное знакомство, погружение в свой внутренний мир.

Каждому из участников предлагается рассказать о себе и своем имени, опираясь на следующие вопросы:

- *Нравится ли мне мое имя?*
- *Знаю ли я, кто его для меня выбрал?*
- *Знаю ли я, что обозначает мое имя?*
- *Кто из моих знакомых (родных) носит тоже имя?*
- *Есть ли мои тезки среди известных людей?*
- *Как имя влияет на мое поведение в жизни?*

Затем участникам раздается заранее подготовленная информация об их именах. Некоторое время они изучают ее. Далее идет обсуждение: с чем согласны, с чем нет? Сделали ли какие-нибудь открытия? Так же могут спрашивать друг друга и/или задать уточняющие вопросы ведущему.

5 Упражнение «Угадай по руке» - 20 мин.

Задачи: развитие эмпатии.

Сейчас каждый из вас потренирует свою чувствительность и интуицию. Для выполнения упражнения мне нужен доброволец, который сядет в центре круга и ему завяжут глаза. Твоя задача узнать на ощупь, кто стоит перед тобой, а задача остальных участников никак не выдать себя, а лишь положить свою руку на руку водящего.

Примерные вопросы для обсуждения: Как вы чувствовали себя в роли «слепого»? на что опирались угадывая кто перед вами? Какие чувства испытываете сейчас? Сделали ли для себя какое-нибудь открытие?

6 Обратная связь – 10 мин.

какие мысли и чувства здесь и сейчас, есть ли пожелания на следующую встречу?

Занятие 2 «Знакомство с нашими особенностями»

Цель: восстановление ощущения ценности своей личности; восстановление чувства доверия к себе, к другим, к миру.

Материалы: листы для записей, ручки, цветные карандаши и/или фломастеры, вырезанные из бумаги футболки (по 2 на каждого участника), рабочий листок для упражнения «Если бы я был цветком».

1. Вступительное слово ведущего. Вспоминаем правила взаимодействия в группе – 5 мин.

Задачи: создание рабочего настроя.

2. Упражнение «Визитная карточка» – 15 мин.

Задачи: выяснение общего настроя и самочувствия участников, создание рабочей атмосферы в группе.

Изготовление визитки, а затем представление по кругу: имя + мысли и чувства здесь и сейчас.

3 Упражнение «броуновское движение» – 5 мин.

Задачи: снятие психологических барьеров, мешающих эффективному взаимодействию, создание рабочей атмосферы в группе.

Сейчас мы с вами поздороваемся, но не обычным способом. Для этого мы все встанем и будем хаотично перемещаться по комнате при этом, здороваясь за руку с теми, с кем сталкиваемся. А теперь здороваемся локтями, коленками, пятками, лбами, носами...

4. Упражнение «Футболка с надписью» (для себя) - 15 мин.

Задачи: углубленное знакомство, погружение в свой внутренний мир, знакомство с различными способами самопрезентации.

Ведущий говорит о том, что каждый человек «подает» себя другим. Говорит о футболках с разными надписями, приводит примеры «говорящих» надписей. Затем участникам предлагается за 5-7 минут сделать надпись на своих «футболках». Оговаривается, что эта надпись в дальнейшем может меняться. Важно, чтобы она что-нибудь говорила о человеке сейчас - о его любимых занятиях, об отношении к другим, о том, чего он хочет от других, о его каких-либо качествах и т.д. После выполнения задания каждый зачитывает и показывает оформление своей надписи на «футболке».

Примерные вопросы для обсуждения: о чем в основном говорят надписи на футболках? Что мы хотим сообщить о себе другим людям? Чья надпись понравилась больше всего? Почему?

5. Упражнение «Двадцать Я» - 15 мин.

Задачи: погружение в свой внутренний мир, знакомство с языком образов и символов, развитие навыка слушать другого.

Двадцать раз ответьте на вопрос: кто я? Какой я? Используйте характеристики, черты, интересы, чувства для описания себя, начиная каждое предложение с местоимения «Я». После того, как закончите, приколите лист бумаги на грудь. Затем начинайте медленно ходить по комнате, подходите к другим членам группы и внимательно читайте, что написано на листке у каждого. Пожалуйста, ходите молча. Когда я скажу «стоп», вы можете остановиться рядом с кем-нибудь и поговорить друг с другом о своих ответах.

Примерные вопросы для обсуждения: чьи ответы больше всего запомнились? Почему? Ответы всех ли участников вы прочитали? Какие чувства были, когда вы писали ответы, когда ваши ответы кто-то читал, когда вы читали ответы других? И др.

6. Упражнение «Если бы я был цветком» - 30 мин

Задачи: погружение в свой внутренний мир, знакомство с языком образов и символов, развитие навыка слушать другого, стимулирование самоактуализации.

Для выполнения этого упражнения я раздам вам рабочий листок, который вам необходимо заполнить, задействовав свое воображение и фантазию. На заполнение листка вам дается 15 минут. Затем найдите себе пару и поменяйтесь бланками. Скажите своему партнеру, удивили ли вас какие-то его желания, сумели ли бы вы отгадать какие-нибудь из них? На беседу вам отводится 10 минут. А теперь прервитесь и вернитесь в большой круг. Я хочу, чтобы все по очереди коротко рассказали, во что бы вы больше всего хотели превратиться и почему.

Примерные вопросы для обсуждения: понравилось ли упражнение? Узнал ли я о себе что-то новое? Узнал ли я что-то новое о других участниках группы? Что чаще всего говорили обо мне? Что еще вы хотите добавить?

7 Обратная связь – 5 мин

Задачи: выработка навыка рефлексии.

Какими тремя словами вы могли бы описать сегодняшнее занятие?

Занятие 3 «Я-это Я и это замечательно»

Цель: развитие способности принимать себя и других людей в их неповторимости, такими, какие они есть. Выработка навыка рефлексии.

1 Первый круг – 5 мин.

Задачи: выяснение общего настроения и самочувствия участников, создание рабочей атмосферы в группе.

Каждый из участников называет свое имя и ожидание от занятия.

2 Упражнение «Только вместе» - 15 мин.

Задачи: снятие психологических барьеров, мешающих эффективному взаимодействию, создание рабочей атмосферы в группе.

Разбейтесь на пары и встаньте спина к спине. Сможете ли вы медленно, не отрывая своей спины от спины партнера, сесть на пол? А теперь мне интересно, сможете ли вы точно так же встать? Постарайтесь определить с какой силой вам нужно опираться на спину своего партнера, чтобы обоим было удобно двигаться. А теперь попробуйте тоже самое с другими партнерами.

Примерные вопросы для обсуждения: С кем вставать и садиться было легче всего? Что было самым трудным в упражнении?

3 Упражнение «Фотограф» - 15 мин.

Задачи: выявление оптимальной дистанции общения для каждого члена группы и степени доверия в группе, выработка навыка рефлексии.

Каждому участнику предлагается стать фотографом и сделать групповой снимок, для этого он, как «профессионал», расставляет и/или рассказывает всех участников так, как ему хочется. И перед «снимком» занимает место на «фотографии» сам (можно использовать реальный фотоаппарат и потом показать ребятам реальные снимки).

Примерные вопросы для обсуждения: В какой роли было комфортнее фотографа или модели? Чья фотография понравилась больше всего? По какому принципу вы, как фотографы, расставляли людей для группового снимка?

4 Упражнение «Скульптура недоверие – доверие» - 20 мин.

Задачи: развитие умения самоанализа, преодоление барьеров, мешающих полноценному самовыражению, развитие интереса к личности другого человека, прояснение понятий «доверие» и «недоверие».

Выбирается один участник по желанию, который будет «глиной», из которой другой участник, «скульптор», лепит скульптуру под названием «Недоверие». Затем ведущий обращается к участникам: что в скульптуре говорит нам о недоверии и что можно сделать, чтобы она стала скульптурой «Доверие»? Участники группы показывают на «глине», какие изменения они предполагают сделать для этого.

Примерные вопросы для обсуждения: в чем разница между доверчивым и недоверчивым человеком? Какая польза от доверия и недоверия?

5 Упражнение «Тростинка на ветру» - 15 мин.

Задачи: развитие сензитивности и доверия к другому.

Встаньте в круг очень близко друг к другу. Это необычный круг, а волшебный. Он волшебный потому, что ребята, которые стоят в кругу, будут делать все для того, кто стоит в центре, чтобы он пережил удивительные ощущения. Кто из вас хотел бы первым встать в центр? Становись в центр, ноги поставь вместе, держись прямо. Все остальные – поднимите руки на уровень груди. Когда наш доброволец подает в вашу сторону, вы должны его поймать и осторожно вернуть в исходное положение. Возможно, он захочет упасть в другую сторону, и там его тоже надо поймать и вернуть в исходное положение. При этом очень важно, чтобы участник в центре стоял очень прямо, как будто он деревянный.

Доброволец свободно падает в разные стороны в течение минуты, затем делится своими ощущениями. После этого другие дети становятся в центр круга. Хорошо, если все участники группы это попробуют.

Примерные вопросы для обсуждения: Как себя чувствовали в центре круга? Мог ли ты доверять кругу? Кого ты опасался? Что для тебя было самым трудным? Пробовал ли ты закрыть глаза? Что чувствовали, когда были частью круга? Было ли тебе трудно удерживать других? И др.

6 Обратная связь – 5 мин.

Задачи: выработка навыка рефлексии.

Занятие 4 «Доверие в жизни человека»

Цель: развитие навыка эффективного взаимодействия, на основе принятия себя и других.

Материалы: карточки с героями (к/ф или сказки/мультфильмы), булавки.

1 Первый круг – 5 мин.

Задачи: выяснение общего настроения и самочувствия участников, создание рабочей атмосферы в группе.

Каждый из участников называет свое имя и ожидание от занятия.

2 Упражнение «Подними монету» - 15 мин.

Задачи: снятие психологических барьеров, мешающих эффективному взаимодействию, создание рабочей атмосферы в группе.

Участники делятся на пары. В центре комнаты на пол кладется телефонный справочник, на два его края по монетке. Задача каждой пары, встав на книгу поднять свою монетку. При этом нельзя наступать на пол! Разрешается поддерживать друг друга и разговаривать.

3 Упражнение «Угадай героя» – 30 мин.

Задачи: выработка навыка эффективного взаимодействия, развитие креативности, отработка навыка вербального общения.

Все участники встают в круг, ведущий каждому на спину, прикрепляет табличку с героем фильма (сказки, мультфильма). Задача участников свободно общаясь узнать, какой герой у них. После того как определились с героями участники должны стать в подгруппы, объединенные одним фильмом (сказкой/мультфильмом), герои которого прикреплены у них на спине. Нельзя снимать табличку и смотреть, нельзя задавать прямых вопросов – Что там написано? Или Кто я?

Примерные вопросы для обсуждения: Как вы себя чувствовали во время выполнения упражнения? Что мешало, что помогало при выполнении задания? Кто быстро определил своего героя? Как думаете почему? Быстро ли удалось найти свою подгруппу и определить произведение, из которого ваши герои?

4 Упражнение «Скала» - 20 мин.

Задачи: выработка навыка эффективного взаимодействия, развитие креативности, отработка навыка вербального общения, взаимопомощи и взаимоподдержки.

Участники выстраиваются в шеренгу, образуя импровизированный обрыв и скалу. Вдоль ног участников рисуется линия – это край обрыва. Задача участников по цепочке друг за другом пройти по обрыву. Каждый прошедший становится «частью» скалы. За участников можно держаться, но соприкасаться ногами с участниками «скалы» нельзя. Важно, чтобы по скале прошли все члены группы.

Примерные вопросы для обсуждения: Что было сложным? Что мешало (помогало) вам выполнить задание? Ваши впечатления от упражнения? Кто помог вам? Кто мешал?

5 Обратная связь – 5 мин.

Задачи: выработка навыка рефлексии.

Занятие 5 «Как завязать дружбу»

Цель: развитие личностно значимых качеств: рефлексии, эмпатии, критичности и гибкости установок.

Материалы: карточки с именами сказочных героев и/или героев фильмов, повязки на глаза (по числу участников).

1 Первый круг – 5 мин.

Задачи: выяснение общего настроения и самочувствия участников, создание рабочей атмосферы в группе.

Каждый из участников называет свое имя и ожидание от занятия.

2 Упражнение «светский прием» - 15 мин.

Задачи: снятие психологических барьеров, мешающих эффективному взаимодействию, создание рабочей атмосферы в группе.

Представьте, что все мы оказались на светском приеме. Свободно ходите по комнате, подходите друг к другу, обменивайтесь комплиментами или свежими новостями и т.п.

3 Упражнение «Найди пару» - 15 мин.

Задачи: формирование установки на взаимопонимание, развитие прогностических возможностей и интуиции.

Каждому участнику при помощи булавки прикрепляется на спину лист бумаги. На листе имя сказочного героя или литературного персонажа, имеющего свою пару. Например: Крокодил Гена и Чебурашка, Илья и Петров и т.д. Затем каждый участник должен отыскать свою "вторую половину", опрашивая группу. При этом запрещается задавать прямые вопросы типа: "Что у меня написано на листе?". Отвечать на вопросы можно только словами "да" и "нет". Участники расходятся по комнате и беседуют друг с другом.

Примерные вопросы для обсуждения: легко ли было найти себе пару? Какова была выбранная стратегия? К кому вы обращались за помощью? Доверяли ли вы ответам участников на свои вопросы? И др.

4 Упражнение «Паровозики» - 30 мин.

Задачи: развитие сензитивности и доверия к другому.

Выполняется в тройках. Каждая тройка представляет собой поезд. «Паровоз» идет первым с вытянутыми вперед руками, «вагон» передает управление, «машинист» управляет всем поездом. При этом у «вагона» и «поезда» завязаны глаза.

Примерные вопросы для обсуждения: Насколько было спокойно в роли паровоза? Вагона? Машиниста? Насколько можно было доверять машинисту? И др.

5 Упражнение «Фоторобот» - 15 мин.

Задачи: рефлексия взаимоотношений позиций участников, формирование творческого воображения.

Один из участников должен составить портрет группы. Для этого нужно распределить между участниками группы следующие части тела: голову, шею, глаза, уши, рот, руки, ноги, плечи и т.д.

Примерные вопросы для обсуждения: Понравилось ли упражнение? Хотели бы вы что-то изменить в получившемся портрете? Как вы думаете почему вам досталась эта роль? И др.

6 Обратная связь – 5 мин.

Задачи: выработка навыка рефлексии.

Занятие 6 «Мои потребности, цели и ценности»

Цель: знакомство с понятиями потребность, цель, мотив, ценности, норма.

1 Первый круг – 5 мин.

Задачи: выяснение общего настроения и самочувствия участников, создание рабочей атмосферы в группе.

Объяснение целей занятия.

2 Групповая дискуссия - 15 мин.

Обсуждение в ходе групповой дискуссии понятий «потребность», «цель», «ценность», «норма». Обращение к опыту семьи – какие потребности удовлетворяет семья? (должна удовлетворять), какие ценности значимы в вашей семье?

3 Упражнение «Общение со взрослыми» - 50 мин.

Задачи: осознание требований общества к подросткам, соотнесение этих требований со своими внутренними установками и ценностными ориентирами, коррекция внутренних установок и ценностных ориентаций подростков.

Участники должны составить небольшое руководство, в котором были бы сформулированы правила общения, описывающие, как подростку следует обходиться со взрослыми: что ему запрещено, что дозволено? «Представьте себе, что руководство предназначено для подростков, приехавших к нам из далекой страны, чтобы остаться тут жить. Оно должно помочь им ориентироваться здесь. Главное в задании – командная работа, создавать руководство вам надо всей группой. Я хочу, чтобы у вас получилась папка, в которой будут собраны листы. На первом из них должны быть записаны имена авторов и стоять сегодняшнее

число, остальные листы надо пронумеровать и оформить. Правило на отдельном листе. У вас есть 40 минут...»

4 Обратная связь – 5 мин

Задачи: отработка навыка рефлексии.

Занятие 7 «Уверенность, неуверенность в себе»

Цель: поиск и активизация позитивных ресурсов через создание системы поддержки и формирование «проекции на будущее», развитие социальной перцепции.

Материалы: листы бумаги размером А4 (по количеству участников). Старые журналы, цветная бумага, ножницы и клей (по количеству участников).

1 Вступительное слово ведущего – 5 мин.

Задачи: рассказ о технике коллажа.

2 Изготовление коллажа на тему «Я на волне успеха» или «Я в будущем» - 1 час.

Задачи: поиск и активизация позитивных ресурсов путем формирования «проекции на будущее».

3 Обсуждение работ – 15 мин.

Задачи: отработка навыка умения слушать и принимать другого, развитие интереса к личности другого, развитие социальной перцепции.

4 Уборка рабочих мест – 5 мин.

Задачи: отработка аккуратности и навыка самообслуживания.

5 Обратная связь – 5 мин.

Задачи: отработка навыка рефлексии.

Занятие 8 «Поговорим о дружбе»

Цель: знакомство подростков с научным понятием дружбы, рассказ о классификации и видах дружбы, показать значение друзей и врагов.

Материалы: листы для записей, ручки, магнитофон, диск с музыкой для релаксации.

1 Лекция о дружбе – 30 мин

Задачи: знакомство с понятием дружбы.

2 Дискуссия о дружбе – 15 мин.

Задачи: диалог об услышанном, что и на сколько запомнилось, выяснение острых и волнующих аспектов темы.

3 Упражнение «Объявление» - 15 мин.

Задачи: выработка навыка самопрезентации, умения вызвать к себе интерес, развитие интереса к личности другого.

Участникам предлагается составить текст газетного объявления «Ищу друга». В котором нужно указать свои основные увлечения, любимые занятия, чем занимаются в свободное время, чем могут заинтересовать другого человека, что могут ему предложить. Затем ведущий собирает все объявления и зачитывает их по одному. Задача участников высказать свое мнение – откликнулся бы на это объявление и почему, и догадаться чье это объявление.

4 Релаксация, работа с образами – 20 мин.

Задачи: снятие напряжения, активизация позитивных ресурсов.

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха... (пауза 15 сек)

Представь себе, что ты гуляешь по небольшой тропинке в лесу. Вокруг растут высокие, стройные деревья. Ты слышишь плеск воды, подходишь к мосту над мелкой спокойной речкой, останавливаешься посередине моста и смотришь вниз на воду. На ее поверхности ты видишь свое отражение.

И вдруг ты чувствуешь, что ты здесь не один. Есть еще кто-то неподалеку, и ты чувствуешь, что его присутствие тебя успокаивает, тебе приятно, что кто-то сейчас находится рядом с тобой. Внизу на воде ты видишь, как рядом с твоим отражением появляется еще одно. Ты чувствуешь, что этот кто-то очень хорошо к тебе относится и отлично тебя понимает. Может быть, ты его уже узнаешь, а может быть, видишь в первый раз. Это может быть и старый мудрый человек, а может быть, какое-то животное или кто-то, живущий только в твоём воображении. Это неважно, главное – ты чувствуешь, что это твой верный друг, который давно и хорошо знает тебя, которому ты можешь полностью доверять... (пауза 30 сек)

Твой верный друг зовет тебя вместе с ним перейти через этот небольшой мост. Вместе вы поднимаетесь на мягкий холм, поросший теплой травой. Там вы находите уютную пещеру. Твой друг первым входит в нее и садится поодаль, приглашая и тебя сесть рядом с ним.

Через какое-то время он начинает говорить с тобой. Он рассказывает тебе только о твоей жизни. Ты и представить себе не мог, что кто-то другой может так хорошо знать все твои скрытые мысли и чувства и говорить о них с таким пониманием... (пауза 1 минута)

И тогда ты понимаешь, что можешь говорить со своим верным другом о самых важных для тебя вещах. Быть может, у тебя есть особенный вопрос, который ты хотел бы задать своему другу. Сейчас ты можешь сделать это. Возможно, ты услышишь ответ в его словах, а может быть, он придет к тебе в другой форме – в каких-то звуках, в особенном выражении лица или движении... (пауза 1 минута)

Твой верный друг говорит тебе, что ты в любой момент можешь прийти к нему вновь, когда тебе потребуется его совет или понимание. Ты можешь найти его в любое время в этой пещере, чтобы обсудить с ним важные для тебя вещи и услышать его мнение... (пауза 20 сек)

Теперь поблаговари своего друга за поддержку и попрощайся с ним на сегодня.

Медленно пройди той же тропой через холм к маленькому мосту. Еще раз посмотри на свое отражение в воде. Ты помнишь о том, как было приятно, когда ты оказался на этом мосту не один, как это хорошо, когда есть у тебя человек, которому можно полностью доверять... (пауза 15 сек)

А теперь потяните, напрягите и расслабьте свое тело и медленно откройте глаза. Сконцентрируйте свое внимание на нас. Будьте бодрыми и отдохнувшими.

Примерные вопросы для обсуждения: кто хочет поделиться своими чувствами по поводу полученного опыта? Как ты чувствовал себя в этом упражнении? Кто был твоим другом? Чем смог тебе помочь верный друг?

5 Обратная связь – 5 мин

Задачи: отработка навыка рефлексии.

Занятие 9 «Я и мир вокруг меня»

Цель: поиск и активизация позитивных ресурсов через создание системы поддержки и формирование «проекции на будущее», развитие социальной перцепции.

Материалы: листы для записей, лист ватмана, цветные карандаши, пластилин, бланки для упражнения «Чему я научился?».

1 Первый круг – 5 мин.

Задачи: выяснение общего настроения и самочувствия участников, создание рабочей атмосферы в группе.

Каждый из участников называет свое имя и ожидание от заключительного занятия, подтвердились ли ожидания от занятий.

2 Упражнение «Двадцать желаний» - 10 мин.

Задачи: поиск и активизация позитивных ресурсов путем формирования «проекции на будущее», снятие психологических барьеров.

Участникам предлагается 20 раз закончить предложение «Я хочу...». Они записывают все, что приходит в голову, все желания, не заботясь об их реальности или приемлемости.

Примерные вопросы для обсуждения: что преобладает в ваших желаниях (материальные или духовные ценности)? Что вас удивило в своих желаниях? В желаниях других участников? И др.

3 Упражнение «Строим город» - 45 мин.

Задачи: отработка навыка умения строить эффективное взаимодействие, создание круга друзей.

Каждый участник группы кладет свою ладонь на лист ватмана и обводит ее. Это его дом. Он строит что-то из пластилина на своей территории. Затем территории соединяются в один город. Дороги строятся компактно, таким образом, создается единая сеть транспортных коммуникаций и социальных связей.

Примерные вопросы для обсуждения: понравилось ли вам упражнение? Где располагается твой дом? Хотел бы ты что-нибудь изменить? И др.

4 Упражнение 5 «Чему я научился?» - 15 мин.

Задачи: подведение итогов работы в группе.

Участникам предлагается продолжить неоконченные предложения о всех прошедших занятиях. Затем все делятся своими впечатлениями от работы группы на круг.

6 Упражнение «Пожелание» - 15 мин.

Задачи: завершение работы группы.

Каждый участник пишет на листе бумаги какое-либо пожелание, сворачивает листок и кладет его в центр круга. Когда все участники напишут свои пожелания, они встают в круг и любуются множеством пожеланий в центре. Затем каждый вынимает по одному пожеланию, и таким образом получается, что все участники группы обменялись пожеланиями.