

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №6 города Лесосибирска»
(МБОУ «СОШ №6»)

662546 Красноярский край г. Лесосибирск ул. Просвещения, 32
Тел./факс: 8(39145)3-33-51; E-mail (m@soch-6/ru)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №6»
Т.Б. Черепанова
« » 2024г.



Программа индивидуальной работы с подростками «группы риска»

Составители:
Специалисты социально-
психологической службы

г. Лесосибирск

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема отклоняющегося поведения подростков широко отражена в научной психолого-педагогической литературе (М.А.Алемаскин, А.С.Белкин, Н.Н.Верцинская, Л.М.Зюбин, А.И.Кочетов, И.А.Невский и др.). Исследователи рассматривают данную проблему с точки зрения, как возрастного подхода, так и общественной активности подростков.

Под девиантным поведением понимают устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности и сопровождающееся ее социальной дезадаптацией. К основным видам девиантного поведения относятся агрессивное, делинкветное, зависимое и суицидальное поведение. Форма проявления девиантного поведения зависит от индивидуальных особенностей, внешнего физического и социальных условий, а главное от возраста человека. Достаточно часто детей данной группы определяют как трудновоспитуемых, трудных детей или детей «группы риска». Само слово трудновоспитуемость указывает на затруднения в воспитании, формировании личности ребенка, на его неспособность или нежелание усваивать педагогические воздействия и активно на них реагировать. Трудновоспитуемый ребенок – это прежде всего тот, кто оказывает активное сопротивление воспитанию, выражает неуважение, недоверие к людям, проявляет негативизм к педагогическому процессу, провоцирует и создает предпосылки для конфликтных ситуаций. Трудновоспитуемость может проявляться как результат возрастного кризиса развития ребенка, неумения найти индивидуальный подход к нему или как следствие дефекта психического и социального развития, а также педагогических ошибок, особенно при проявлении самостоятельности ребенка.

Проведенное изучение подростков «группы риска» позволили определить следующие особенности их эмоционально-личностной сферы: заниженная или завышенная самооценка, отсутствие навыков конструктивного взаимодействия со взрослыми и сверстниками, несформированность нравственных представлений, высокий уровень тревожности, наличие демонстративных и возбудимых акцентуаций характера, наличие внутреннего напряжения, эмоциональная неустойчивость, отсутствие чувства защищенности, «психологической безопасности», доминирование отрицательных эмоций: грусти, подавленности, обиды, гнева.

Выявленные особенности отражаются в поведении подростков, являясь своеобразным механизмом психологической защиты в сложившейся жизненной ситуации. Они негативно влияют на формирование личности подростков, что препятствует их дальнейшей благоприятной социальной адаптации.

В связи с этим необходимо создание и реализация в условиях Службы психолого-педагогического сопровождения школы, программы работы с трудными подростками по профилактике и коррекции девиантного и делинкветного поведения, а также пропаганды здорового образа жизни, что в дальнейшем, поможет им успешно интегрироваться в социум.

Цель программы: содействие социально-психологической адаптации подростков «группы риска».

Задачи:

- 1) Оптимизация взаимодействий в системе «учитель - ученик»;
- 2) Коррекция агрессивного поведения;
- 3) Формирование положительной нравственной направленности личности;
- 4) Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения;

- 5) Формирование навыков самопознания, самораскрытия, устойчивой «Я-Концепции», уверенности в себе;
- 6) Обучение способам саморегуляции, релаксации;
- 7) Обучение способам выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально-приемлемых формах.

Реализация перечисленных задач предполагает овладение подростками следующими **знаниями:**

- о методах и приёмах самоанализа, самопознания, самосовершенствования;
- о приёмах саморегуляции, релаксации;
- об индивидуально-личностных особенностях;
- о способах поведения в конфликтных и стрессовых ситуациях;
- о навыках эффективного взаимодействия с окружающими.

и умениями:

- применять на практике навыки саморегуляции, самоконтроля, релаксации; овладеть способами выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально приемлемых формах;
- осознавать, принимать и понимать чувства, эмоции, настроения свои и окружающих людей, проявлять сочувствие, сострадание, эмпатию;
- овладеть навыками уверенного поведения, бесконфликтного общения;
- уметь самостоятельно принимать решения в ситуациях нравственного выбора;
- правильно реагировать в трудных жизненных ситуациях;
- применять навыки социально-психологической адаптации в современном социуме.

Основные принципы построения и реализации программы.

Методологической основой программы стали принципы структурного, когнитивного, личностно-ориентированного подходов.

К принципам построения содержания программы относятся:

- единство диагностических и коррекционных мероприятий;
- учёт психологических и возрастных особенностей воспитанников, их социальной ситуации развития;
- взаимосвязь этапов реализации работы;
- комплексность и системность коррекционно-развивающей и профилактической работы.

Реализация содержания программы основывается на следующих положениях:

- **гуманизма** – утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому ребенку, исключение принуждения и насилия над личностью;
- **конфиденциальности** – информация, полученная психологом в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению. Участие воспитанников должно быть сознательным и добровольным;
- **компетентности** – психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности;
- **ответственности** – психолог заботится, прежде всего, о благополучии детей и не использует результаты работы им во вред.

Формы организации работы с подростками.

1. Групповая деятельность – социально-психологические тренинги и занятия-беседы, круглый стол, работа в группах, групповые консультации, обучающая 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 искажённую, 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.

2. Индивидуальная коррекционная работа с подростками – личные беседы, игры и упражнения, обучающая психодиагностика.

Потребность в одиночестве присуща всем подросткам и необходима для развития личности, самосознания в этом возрасте. Воспитанники детского дома испытывают перегрузку общением, постоянно находясь в коллективе сверстников. В результате чего может возникнуть негативное отношение к групповым занятиям. Таким образом, наряду с групповыми формами работы необходимо предусмотреть и *индивидуальные формы работы с детьми.*

3. Консультативная работа со школьными учителями с целью оптимизации взаимодействий в системе «учитель - ученик».

Основные направления работы.

- Диагностические мероприятия с воспитанниками «группы-риска»;
- Коррекционно-развивающие занятия с подростками «группы-риска»;
- Профилактическая работа;
- Взаимосвязанная деятельность с администрацией и воспитателями.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ «ГРУППЫ-РИСКА»

Направление (этап)	Задачи	Срок	Мероприятия психологической коррекции
1. Диагностическое	1.Выявление воспитанников, склонных к девиантному и деликвентному поведению постановка их на внутринний учет (анкетирование, личные беседы, тренинги, психологическое тестирование и др.)	Сентябрь – октябрь (По мере поступления новых требований)	Диагностические исследования по экспериментальным методикам программы.
	2. Составление плана работы с подростком. 3. Психодиагностика актуального психологического состояния. 4. Исследование эмоционально-волевой сферы (<i>индивидуальное и групповое занятие</i>).	Сентябрь - октябрь	Разработка планов индивидуального сопровождения детей «группы-риска».

	5. Диагностика уровня стрессового состояния. Определение актуального уровня стресса, выраженности нервно-психической напряженности и тревожности.	Ноябрь - декабрь	Диагностические исследования по экспериментальным методикам программы.
	6. Психодиагностика межличностных отношений.	Декабрь-январь	Социометрический тест. Групповое занятие.
	Диагностика профессиональной ориентации.	Февраль - март	Групповые и индивидуальные занятия
2. Коррекционно е и развивающее	Коррекция тревожности и агрессивного поведения. Коррекция эмоционально-волевой сферы. Повышение стрессоустойчивости воспитанников. Коррекция негативного отношения к учебе и к жизни в целом.	1 раз в неделю в течение года По-требованию	Групповые психологические занятия и тренинги. Индивидуальные занятия и консультации
	Формирование положительной нравственной направленности	ноябрь-декабрь	Этические и нравственные беседы. Групповые занятия и дискуссии.
	Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения	Январь-февраль	Групповые психологические занятия и тренинги.
	Формирование навыков самопознания, самораскрытия, устойчивой «Я-Концепции», уверенности в себе	Групповая и индивидуальная работа.	Индивидуальная работа, консультирование.
	Обучение способам саморегуляции и релаксации, снятия негативных эмоций	В течение года 1 раз в неделю	Групповая и индивидуальная работа.
3. Профилактич еское	Профилактика и коррекция девиантного поведения.	В течение года 1 раз в неделю	Групповая и индивидуальная работа.
	Профилактика здорового образа жизни	Октябрь, март	Групповая и индивидуальная работа.

	Профилактика безопасности жизнедеятельности	Декабрь, апрель	Групповая работа. Просмотр учебных видеоматериалов
4. Работа с педагогами	Информирование об индивидуально-психологических состояниях подростка.	Сентябрь-май	Составление и коррекция психологических карт воспитанников. Разработка рекомендаций для педагогов.
	Обучение приемам конструктивного общения с подростками.	Апрель	Индивидуальные консультации.
5. Диагностико-аналитическое	Оценка эффективности проведённой работы	Конец декабря, Конец мая	Обследование по диагностическим методикам программы. Отчет – анализ.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА

Диагностические процедуры в программе.

Важным аспектом реализации программы сопровождения детей «группы риска» в Центре является проведение психодиагностических исследований с целью получения информации о динамике психического развития воспитанников и планирования дальнейшей сопровождающей работы, выработки рекомендаций по оптимизации воспитательного процесса, оценки эффективности развивающей работы.

Программа диагностики личности подростка

Название, автор	Цель
Рисунок человека (К.Маховер)	Особенности личности
Тест Филлипса	Диагностика свойств 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
Шкала самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина.	Диагностика свойств личности и психических состояний
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 человека

Проективные методики «Прогулка по лесу». Дверь в душу», «Коллективный рисунок»	Изучение эмоциональных, мотивационных и межличностных характеристик личности подростка.
Методика экспресс-диагностики характерологических особенностей	Диагностика профессиональной ориентации.

Коррекционно-развивающая работа с подростками.

Цель: формирование навыков социально-психологической адаптации у подростков.

Групповая деятельность:

№	Задачи	Содержание
1.	Коррекция и развитие самопознания, саморегуляции. Изучение взаимосвязей телесного и психологического.	Психологический тренинг. Арт-терапия. «Тело. Душа. Разум. Эмоции». Какой твой порядок?
1.	Коррекция стрессового состояния и агрессивного поведения	Тренинги: «Как научиться не унывать». «Все познается в сравнении», «Ник Вуйчич», «Пойми меня».
2.	Развитие когнитивных способностей; внимания, памяти, мыслительных операций.	«Планета Земля. Мир без людей». Научно-док.фильм. Анализ данных и обсуждение.
3.	Формирование положительной нравственной направленности.	Психологические занятия: «Позитивный взгляд на будущее», «Вопросы взросления»«Школа доброты»
4.	Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения	Тренинги «Мы уже не дети, но еще не взрослые». «Взросление – ответственность», «Влюбленность в подростковом возрасте». «Что плохо, а что хорошо».
5.	Формирование навыков самопознания, самораскрытия, устойчивой «Я-Концепции», уверенности в себе.	Психологические занятия и тренинги: «Я – полноценная личность», «Одиночество, за и против», «Мечта и страх». «Когда я один».
6.	Развитие коммуникативных и социальных навыков	Тренинг «Мы вместе», «Есть хорошие друзья!»
7.	Обучение способам саморегуляции и релаксации, снятия негативных эмоций	Тренинги с элементами арт-терапии. «Изобрази свое «Я»; «Инь-Янь, добро и зло во мне»; «Умей управлять собой».

Организационные условия проведения групповых форм работы.

- Возраст участников: с 12 до 14 лет;
- Численность группы: не более 8 человек;
- Продолжительность занятий: 45 минут (1 академический час);
- Периодичность занятий: 1 раз в неделю на протяжении 6 месяцев, с сентября по апрель;
- Материалы: бумага, карандаши, ручки, фломастеры, гуаши, мячи, тихая спокойная музыка;

- Перед началом занятий или после занятий проводятся индивидуальные консультации с каждым подростком. После окончания групповой работы также проводятся консультации, на которых закрепляются произошедшие с детьми изменения и групповое тестирование, которое позволяет отследить динамику личностных изменений.

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 социально-приемлемых 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.

Работа с педагогами.

Цель: оптимизация взаимодействия в системе «воспитатель-воспитанник».

Задачи:

1. Информирование педагогов об индивидуально-психологических особенностях подростка по результатам психологических исследований.
2. Обучение педагогов навыкам конструктивного, эффективного общения с подростками.

Рекомендации по конструктивному общению с подростком.

1. Применение приемов ненасильственного общения: активное слушание, Я-сообщение, отказ от речевой агрессии.

- Обращайтесь к ребенку по поводу нарушения им правил поведения с помощью речевого сообщения – «Я-высказывания» («Я узнала», «Мне сообщили из школы, что ты был наказан...»). 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»).

2. Выработка единых правил и требований к ребёнку.

- В разговоре с ребенком 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. Отказ от наказания как основного метода воспитания.

В современной педагогической практике взрослые часто используют наказание, если негативный поступок уже совершен и его нельзя «отменить», если плохое поведение ребенка еще не превратилось в привычку.

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 ребенком 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.
- После наказания проступок, плохое поведение должно быть «предано забвению». О нем больше не напоминают точно так же, как не вспоминают и о самом наказании.
- Взрослым не следует менять стиль своего общения с ребенком, подвергнутым наказанию. Наказание не должно усугубляться бойкотом, суровыми взглядами или постоянным ворчанием.
- Необходимо остерегаться, чтобы наказания не лились целыми потоками, одно за другим. В этом случае они не приносят никакой пользы, только нервируют ребенка, весь детский коллектив.
- Наказание должно в некоторых случаях отменяться, если ребенок заявляет, что он готов в будущем исправить свое поведение, не повторять своих ошибок.
- Каждое наказание нужно строго индивидуализировать.

4. Включение подростка в работу секций, кружков.

5. 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 учителю	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 классных и школьных 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