

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И ИННОВАЦИОННОЙ  
ПОЛИТИКИ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ  
ОБЛАСТИ - ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,  
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ  
«ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»**



**«ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО, АДДИКТИВНОГО И  
ДЕЛИНКВЕНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В  
УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ»**

**СБОРНИК ЛУЧШИХ ПРАКТИК  
РЕГИОНАЛЬНОГО КОНКУРСА**

**НОВОСИБИРСК  
2018**

***Ответственный редактор:***

Меняйло И.В., педагог-психолог ГБУ НСО «Областной центр диагностики и консультирования», кандидат психологических наук

«Профилактика суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних в условиях образовательных организаций»: Сборник материалов победителей регионального конкурса/отв. ред.: И.В. Меняйло. – Новосибирск, 2018. – 167 с.

В сборнике представлены материалы победителей регионального конкурса «Профилактика суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения несовершеннолетних в условиях образовательных организаций». Конкурс проводился в ноябре-декабре 2017 года в рамках организации деятельности по профилактике девиантного поведения несовершеннолетних.

Материалы предназначены для широкого круга научных и практических работников образования.

Публикуется в полном соответствии с предоставленными авторскими материалами.

© ГБУ НСО «ОЦДК», 2018

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Новосибирска<br>«Средняя общеобразовательная школа № 129»<br>Авторы-составители: Мехтиева А.В., педагог-психолог;<br>Савельева А.А., заместитель директора по ВР<br>Программа первичной профилактики суицидального поведения обучающихся 8-11 классов «Жизнь, как ценность»<br>..... | 5 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Куйбышевского района «Средняя общеобразовательная школа № 10»<br>Авторы-составители: Шейкина О.В., педагог-психолог;<br>Антипова Е.В., педагог-психолог, Чурбанова Е.Г., социальный педагог<br>Программа первичной профилактики суицидального поведения учащихся школы «Пусть всегда буду Я...»..... | 19 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Новосибирска ленинского района<br>«Гимназия №16 «Французская»<br>Представление опыта по профилактической работе.....<br>Авторы-составители: Божко О.П., педагог-психолог;<br>Матанцева Т.А., социальный педагог; Решетникова С.В., старший методист_ | 45 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Специальная коррекционная школа № 60» г. Новосибирска

Автор: Негуляева О. В, социальный педагог МКОУ С(К)Ш  
№ 60

«Семейный клуб, как форма работы по профилактике  
суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения  
обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями), в  
условиях образовательной организации»..... 89

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
города Новосибирска «Лицей №176 (МАОУ «Лицей №176»)

Автор: Петрухин В.В., педагог-психолог высшей категории ...

Программа психологических занятий «ПОЗИТИВ» ..... 100

Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение «Средняя общеобразовательная школа №206» .....

(МБОУ «СОШ №206»)

Автор: Набунская Я. А. социальный педагог

Анонимная «Почта доверия» как технология  
профилактической работы социального педагога с  
подростками в школе..... 153

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение г. Новосибирска  
«Средняя общеобразовательная школа № 129»**

**Авторы-составители:  
Мехтиева А.В., педагог-психолог;  
Савельева А.А., заместитель директора по ВР**

**Программа первичной профилактики суицидального  
поведения обучающихся 8-11 классов  
«Жизнь, как ценность»**

**Аннотация**

*«Ценностям нельзя научиться,  
их нужно переживать»  
(В. Франкл)*

Суицидальное поведение относится к распространенной патологии поведения подростков. Именно в этом возрасте оно отличается многообразием форм проявления: это суицидальные мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки.

Программа «Жизнь, как ценность» была разработана с целью первичной профилактики суицидального поведения обучающихся 8-11 классов через повышение социальной адаптированности на основе аксиологической (ценностно - целевой) позиции. Данная программа содержит в себе методологию работы, тематического планирования и методы анализа эффективности реализации профилактических мер.

Программа имеет логически выстроенную структуру, которая включает, такие методы работы, как лекция, беседа, дискуссия, групповая работа с элементами тренинга, создание творческих работ (индивидуальных и групповых), игры, психологические упражнения, творческие этюды. Также к групповым формам работы отнесено групповое тестирование, работа с анкетами, самотестирование. В индивидуальном порядке обучающиеся ведут ноутбуки (дневники самонаблюдения).

Программа апробирована в течение 2016-2017 года. На данный момент имеют свою практическую значимость и доказанную эффективность.

### **Актуальность**

В связи с актуально стоящей проблемой подросткового суицида, правительства, как на федеральном, так и на региональном уровне создают и реализуют нормативно-правовые акты, регулирующие работу различных структур по предотвращению само разрушающего поведения подростков.

В достижение цели сохранения жизни детей входит реализация задачи сохранения и укрепления их здоровья. Состояние психофизического здоровья детей зависит от множества факторов, в том числе и несистематической работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Комплексное определение здоровья гласит о том, что это относительно устойчивое состояние, в котором личность хорошо адаптирована, сохраняет интерес к жизни и достигает самореализации. Степень адаптированности может быть соотнесена с диапазоном адаптационных стратегий, позволяющих личности успешно решать актуальные задачи, которые ставит перед ней социальное окружение. Они проявляются в двух основных сферах:

- адаптированность в сфере «внеличностной» социально экономической активности;
- адаптированность в сфере межличностных отношений.

Если в процессе социализации подростка удовлетворяются его потребности, то он адаптируется в социальной среде. Создание условий для максимального удовлетворения потребностей предполагает ориентир на основные принципы *аксиологического подхода к социально - педагогической деятельности.*

Аксиологический подход связан с категорией «ценность». В принятых ребенком ценностях одновременно отражаются содержательных характеристики его позиции и поведения, а также его личностные характеристики, связанные с определенными представлениями о себе и возможностях собственного активного проявления в социуме.

Ценностные ориентации имеют особое значение, т. к. они выполняют роль внутренних стимулов и одновременно являются критериями, по которым личность сверяет свое поведение и деятельность.

Сформированные жизненные цели обучающихся и черты совершенствующейся социально адаптированной личности способствуют усилению защитных механизмов и ослабляют механизмы, провоцирующие суицидальное поведение. Напротив, дефицит высших смыслообразующих и жизнеутверждающих ценностей, духовный кризис личности может быть причиной отклоняющегося поведения. По некоторым данным, формирование мировоззрения завершается к 24- 30 годам, поэтому целенаправленная работа в форме занятий с элементами тренинга поможет в формировании возрастных психологических новообразований старшего подросткового возраста и юношеского возраста.

Методология здоровье сберегающих, а мы говорим именно о сохранении жизни и здоровья, технологий в образовательных учреждениях строится на следующих принципах:

- Комплексность;
- Системность;
- Целостность;
- Динамичность (повторяемость);
- Репрезентативность;
- Методическое единство.

При реализации данной программы необходимо осуществление всех этих принципов.

К сожалению, в современных школьных программах практически нет специальных занятий, посвященных формированию мира ценностей человека, содействующих эффективному развитию социальных навыков или их отдельных компонентов. Вместе с тем направленное повышение социальной адаптированности школьников, их обучение способам успешной социализации позволили бы избежать многих проблем девиантного поведения. Данная работа входит в первичную профилактику, т. е. предполагает работу со всеми подростками, вне зависимости от того есть у них признаки суицидального поведения или нет.

**Цель программы:** первичная профилактика суицидального поведения через повышение социальной адаптированности на основе аксиологической (ценностно - целевой) позиции.

**Задачи:**

1. Развивать позитивное самосознание.
2. Научить ценить свою и чужую индивидуальность.
3. Обучать работать в команде.
4. Сформировать отношение к жизни как к ценности.

*Знания, которые учащимся необходимо приобрести по окончании программы:*

- знания о ценности здоровья, жизни человека;
- знания об эффективных способах поведения, решения проблем.

*Умения и навыки, которыми учащимся необходимо овладеть по окончании программы:*

- умение принять себя;
- навыки рефлексии, осознания себя;
- социальные навыки, способствующие эффективному взаимодействию с окружающими;
- навык решения собственных проблем.

**Методы отслеживания эффективности реализации программы:** опросники, используемые как в начале работы по программе, так и по её окончанию:

1. Методика А.А. Кучер и В.П. Костюкевич «Выявление суицидальных рисков у детей»
2. Шкала социально-психологической адаптированности (К. Роджерс и Р. Даймон в адаптации Т.В. Снегирёвой)
3. Методика М. Рокича «Ценностные ориентации»
4. Методика Г. Айзенка «Вербальная самооценка личности».

**Методологические основы программы**

Специфика деятельности педагога во многом определяется спецификой возраста учащихся. Без учета особенностей личности детей невозможно проектировать те или иные воспитательные стратегии и предсказывать их результативность.

Содержание программы предполагает проведение индивидуальных и групповых занятий. Ведущими формами реализации являются следующие:

- групповые занятия с элементами тренинга;
- досуговые мероприятия для учащихся в образовательном учреждении;
- индивидуальные консультации.

Логическое построение программы требует придерживаться ее структуры в соответствии с применяемыми в ней методологическими принципами. Индивидуальная работа реализуется посредством ведения ноутбука (дневника). В работе по программе используются методы групповой работы: лекция, беседа, дискуссия, групповая работа с элементами тренинга, создание творческих работ (индивидуальных и групповых), игры, психологические упражнения, творческие этюды. Также к групповым формам работы мы относим проведение группового тестирования, работа с анкетами, самотестирование.

**Анкетирование** – объемная, трудоемкая, мало эмоциональная, но важная работа. Анкетирование позволяет выявить уровень информированности и нужды целевой группы и в результате определить необходимые направления и формы профилактической работы. Все остальные виды деятельности планируются с учетом результатов анкетирования. Оценочные упражнения моделируют жизненные ситуации, требующие разрешения конфликта, принятия собственного решения и ответственного выбора. Участники сталкиваются с вопросами, которые они, возможно, никогда ранее не обсуждали. У каждого появляется возможность глубже познать самого себя и узнать о мыслях и чувствах других людей. Подумать и определить собственное отношение к обсуждаемому вопросу.

**Метод наблюдения** (включенное наблюдение) используется педагогами в своей деятельности и позволяет составить мнение об эффективности педагогической деятельности и скорректировать формы, методики или конкретное содержание работы.

**Методология использования метафорических историй** в обучении по данной программе ставит вопрос о методологических принципах, на которых это обосновано. Нужно ли делать достоянием группы мораль истории, сказки, которую только что услышали обучаемые, или аудитория должна сама дать интерпретации? Можно ли быть уверенным, что участники группы восприняли информацию в соответствии с ожиданиями тренера

или нужна специальная дискуссия, чтобы перейти к групповому мнению относительно морали данной истории? Мы предлагаем четырехступенчатый процесс обеспечения эффективности историй в обучении:

1. Обучающийся рассматривает ситуацию как проблему и знает, что он должен как-то разрешить ее.

2. Нахождение метафоры, когда обучающийся слышит историю от рассказчика или находит ее в книге.

3. Проигрывание метафоры: обучающийся ведет себя в соответствии с тем, что и как предлагает история, и решает, удалось ли устранить проблему.

4. Корректировка деятельности исходя из результатов нового поведения обучающегося.

Какой из данных подходов наиболее целесообразен, в том или ином случае – решать педагогу-психологу, рассказчику в зависимости от поставленной цели повествования и от того, насколько важно, чтобы аудитория получила именно ту информацию, которую история несет.

- Если обращение к истории предусмотрено тренером как средство релаксации, отдыха в конце учебного дня, можно рекомендовать участникам группы расслабиться, принять удобную позу и просто поразмышлять над рассказом.

- Если история, короткий анекдот или метафора юмористические и смысл их прост, возможно, ограничиться собственно рассказом без обсуждения, дабы не испортить впечатление от новизны и юмора и не демонстрировать сомнение в понятливости аудитории, настраивая ее тем самым против тренера. А убедиться в том, действительно ли слушатели уяснили суть рассказа, можно по их реакции – как вербальной, так и невербальной.

- Если история служит тому, чтобы проиллюстрировать некую теорию в контексте учебной программы, которую в данный момент обсуждает группа, достаточно спросить: «Так какое же отношение эта история имеет к тому, что мы обсуждаем (к целеполаганию, принятию решения, планированию и т.д.)?» То есть, участникам предлагается предложить свою интерпретацию, связав ее с собственным опытом.

- Не стоит спрашивать участников «Вы поняли?», подвергая сомнению их интеллектуальные способности и оскорбляя недоверием.

- Если история способствует разъяснению обширной и сложной темы, можно уточнить, какую между историей и обсуждаемой темой усматривает сам тренер, чтобы обеспечить согласованность в обучении.

- Если история выступает как основание для групповой дискуссии, следует спросить: «Как вы думаете, каков смысл истории, и как она относится... (например, к проблеме построения команды)?». После того как станет ясно, что группа поняла смысл, можно смело приступить к обсуждению, сравнительному анализу позиций тренера и участников; это путь к устранению проблемы, ее разрешению.

**Групповая работа с элементами тренинга** одна из эффективных форм обучения. Эта работа не требует дополнительных средств и органично вписывается в саму структуру педагогического образования. Занятие в форме групповой работы с элементами тренинга планируется как набор ролевых (моделирующих) игр и упражнений, групповых дискуссий и оценочных упражнений, которые являются продуктивными методами, позволяющими проанализировать отношение к вопросам отношений между мальчиками и девочками, нормы и ценности, а также тренировать коммуникативные навыки.

Чтобы сделать занятия более эффективными, необходимо соблюдать следующие принципы их проведения.

1. Доверие, искренность в общении, не вынесение обсуждаемых тем, проблем за пределы группы. Группа - это то место, где можно рассказать о том, что ребят действительно волнует и интересует, обсуждать такие проблемы, которые до момента участия в группе по каким-либо причинам не обсуждались. Такие отношения не ущемляют чувство взрослости подростков, позволяют эффективно повлиять на повышение уровня их нравственной воспитанности.

2. Активность обучающегося: участники вовлекаются в специально разработанные действия. Интенсивное включение в групповой процесс с целью активного всматривания,

«вслушивания», «в чувствования» в самого себя, партнера, в группу в целом. Многие оценки и суждения должны исходить, по возможности, от самих участников занятия.

Выбор и постановка задач самовоспитания должны переживаться подростком как его собственные желания и действия, совершаемые с помощью педагога. Собственный выбор и решение являются гарантией того, что учащийся ребенок будет им следовать и не откажется от них при первой же трудности. Обязательно участие в работе группы в течение всего времени проведения занятия, т. к. мысли и чувства участников очень значимы друг для друга.

3. Творческая позиция: в ходе занятий участники осознают, обнаруживают, «открывают» уже известные идеи, закономерности, а также, что еще более важно, свои ресурсы, возможности и особенности.

4. Диалогичность: продуктивная воспитательная работа педагогов и психолога с подростками возможна лишь в ситуации диалога. Диалогичность предполагает разговор не про человека, а напрямую с человеком. Это общение в ходе оценочных суждений, при котором учитываются интересы других участников, а также их чувства, эмоции, переживания, ограничение групповой дискуссии событиями, происходящими «здесь и теперь», т. е. в данной группе и преимущественно в данный момент. Диалог невозможен без взаимного принятия. Реализация этого принципа создает в группе атмосферу безопасности, открытости, доверия.

5. Осознание поведения: в процессе занятий поведение участников, импульсивное вначале, становится более объективным. Универсальным средством объективации поведения является обратная связь.

6. Эмоциональность, которой способствуют занятия в специально оформленном помещении, где много комнатных растений, составлены из них композиции, стены украшены картинами. Возможно музыкальное сопровождение классической музыкой в начале занятий, во время письменных ответов на вопросы тестов, написание сочинений-миниатюр.

Последовательная реализация названных принципов - одно из условий эффективной работы группы, основанием которой

являются согласованные и принятые в ней правила. Рекомендуем написать их на доске или ватмане так, чтобы все их видели.

Такие методы, как лекция, беседа, дискуссия, просмотр и обсуждение художественных произведений, являются известными и используемыми педагогами. Важно, чтобы методики преподавания содержали элементы интерактивности и привлекали учащихся. Трудности могут возникнуть в связи с формой организации занятия с элементами тренинга. Технологии проведения тренинга рассчитаны на активное участие каждого учащегося, поэтому необходимо оценивать в каждом отдельном случае протяженность по времени различных форм работы и моделировать процесс занятия (возможно удлинение по времени проведения одного упражнения и сокращение или отказ от проведения другого).

**Занятия по своей структуре состоят из следующих частей:**

1. Вводная часть, актуализирующая жизненные знания и имеющийся у детей опыт (в этой части используются психологические упражнения, а также фрагменты литературных произведений, аудио - и видеоматериалы). Каждая встреча, кроме первой начинается с рефлексии, во время которой ведущий определяет состояние учащихся, их настрой на работу, их тревоги и сомнения. Во второй части рефлексивного введения проверяется выполнение домашнего задания: как справились с заданиями, какие трудности испытывали, что думают и что чувствуют по этому поводу. Первая часть рефлексии не должна быть затянута по времени и продолжается не более 7-10 минут, вторая часть - в зависимости от сложности вопроса, который обсуждается (не более 20 минут).

2. Основная часть, направленная на формирование новых представлений (теоретическая часть, ролевые игры, творческие этюды, ответы на вопросы или совместное обсуждение возникающих проблем и др.). Предложенные методики занятий могут варьироваться в зависимости от готовности группы к тому или иному упражнению. Кроме основных упражнений, игр, обязательно предлагается разминка, которая проводится по мере необходимости, чтобы снять усталость, напряжение или настроить на работу, сплотить группу.

3. Заключительная часть включает отработку личных стратегий поведения (способы решения проблемных ситуаций) и осмысление полученного опыта; проведение рефлексии. Если есть домашнее задание, ведущий поясняет его.

*Основная задача ведущего* - создание условий, необходимых для активной, самостоятельной работы каждого участника.

### Тематический план программы

| №<br>п/п                    | Тема                                                           | Форма работы                             | Кол-во<br>часов |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------|
| <b>I блок «Я и мой мир»</b> |                                                                |                                          |                 |
| 1                           | Вводное занятие (диагностическое)                              | Анкетирование, работа с опросниками      | 2               |
| 2                           | Я - личность и индивидуальность                                | Занятия с элементами тренинга            | 2               |
| 3                           | Мои цели как ценности                                          | Занятия с элементами тренинга            | 2               |
| 4                           | Время - ценность                                               | Занятия с элементами тренинга            | 2               |
| 5                           | Я и моё здоровье как ценность                                  | Занятие с элементами тренинга            | 2               |
| 6                           | Внеклассное мероприятие, посвященное Дню психического здоровья | Акция «Будь здоров!» - выпуск стенгазеты | 2               |
| 7                           | О ценностях ума и образования                                  | Занятие с элементами тренинга            | 2               |
| 8                           | Творчество как ценность                                        | Занятие с элементами тренинга            | 2               |
| 9                           | Профессия как ценность                                         | Занятие с элементами тренинга            | 2               |
| 10                          | Успех как ценность                                             | Занятие с элементами тренинга            | 2               |
| 11                          | Досуговое мероприятие                                          | Встреча с успешным человеком             | 2               |
| 12                          | Жизнь как ценность                                             | Занятие с элементами тренинга            | 2               |
| 13                          | Досуговое мероприятие                                          | Круглый стол с                           | 2               |

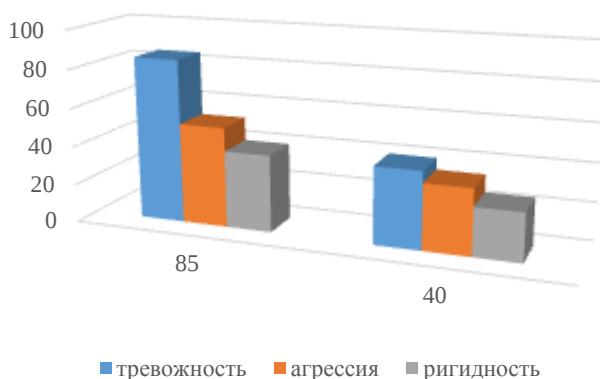
|                               |                                                         |                                                 |           |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------|
|                               |                                                         | представителями разных профессий                |           |
| 14                            | Итоговое занятие                                        | Выполнение коллажа «Мои ценности»               | 2         |
| <b>II блок «Я и этот мир»</b> |                                                         |                                                 |           |
| 15                            | Семья как ценность                                      | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 16                            | Общение как ценность                                    | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 17                            | Досуговое мероприятие                                   | Встреча с представителем психологической службы | 2         |
| 18                            | Дружба как ценность                                     | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 19                            | Любовь как ценность                                     | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 20                            | Досуговое мероприятие                                   | Встреча с должностными                          | 2         |
| 21                            | В чем ценность команды?                                 | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 22                            | Что нужно для успешной карьеры?                         | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 23                            | Деньги как ценность                                     | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 24                            | Ценность природы                                        | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 25                            | Культура как ценность                                   | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 26                            | Досуговое мероприятие                                   | Посещение художественной галереи, фотовыставки  | 2         |
| 27                            | Мир в мире как ценность                                 | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 28                            | Итоговое занятие<br>Жизненное кредо достойного человека | Занятие с элементами тренинга                   | 2         |
| 29                            | Диагностическое занятие                                 | Работа с анкетами, опросниками                  | 2         |
| <b>Всего:</b>                 |                                                         |                                                 | <b>58</b> |

## Итоги апробации

Программа проходила педагогическую апробацию в течение 2016 – 2017 учебного года. Эффективность программы оценивалась по результативности указанных выше диагностических методик.

Основными показателями успешности являлись снижение уровня тревожности, агрессии и ригидности обучающихся:

рис. 1. Анализ критериев (по Г.Айзенку)

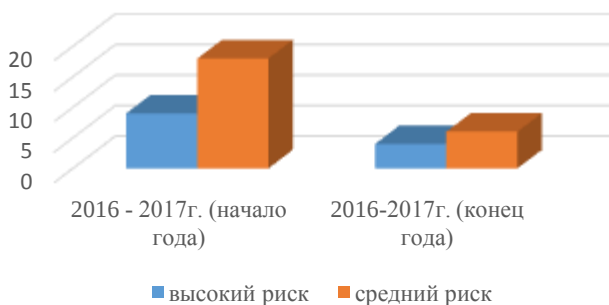


Также важным показателем является умение обучающихся слаженно работать в команде. По результатам наблюдения отмечено, что к концу учебного года участники группы более охотно брали на себя ответственность за деятельность группы, прислушиваясь к мнению, друг друга, начали проявлять инициативу в участии в социально-значимых делах.

Учитывая, что основной целью программы является первичная профилактика суицидального поведения через повышение социальной адаптивности на основе аксиологической (ценностно - целевой) позиции, знаковым является определение уровня развития ценностей, развиваемых в течение профилактического курса. Анализируя результаты методики М. Рокича «Ценностные ориентации», мы пришли к выводу, что осознание жизни, как ценности, проявилось у 70% обучающихся, посещающих занятия.

Самым основным показателем эффективности программы, конечно, является снижение уровня суицидального риска у обучающихся. Данный показатель изучается методикой А.А. Кучер и В.П. Костюкевич «Выявление суицидальных рисков у детей»:

рис. 2 . Анализ эффективности программы по снижению суицидальных рисков в группе (по А.А. Кучер, В.П. Костюкевич)



Таким образом, говоря об эффективности реализации программы стоит отметить, что программа практически соответствует заявленным цели и задачам. В ходе анализа отмечено снижение уровня тревожности, агрессии. Уменьшилось количество детей, как со средним, так и с высоким уровнем суицидальных рисков.

### **Перспективы развития**

Использование данной программы в работе имеет под собой доказанную эффективность. Но, несмотря, на достаточно высокий уровень результативности, в программу необходимо внести такой пункт, как работа с родителями обучающихся, посещающих профилактические занятия. Родители очень часто даже не догадываются, что переживают их дети и какие способы решения проблем изыскивают.

Также возможно расширить содержание программы за счёт использования методов тренинга креативности.

## Список литературы

1. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие/Под ред. Платоновой Н.М.- СПб.- Речь, 2006.-336 с.
2. Воспитание трудного ребёнка. Дети с девиантным поведением: учеб.- метод. пособие/Под ред. Рожкова М.И. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2006.-239 с.
3. Гущина Т.Н. Я и мои ценности...: Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников. М.: АРКТИ, 2008.-128 с.
4. Егоров А.Ю., Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков: клинико-психологические аспекты. СПб.: Речь, 2005.- 436 с.
5. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения.- СПб.: Речь, 2008.- 192 с.
6. Методические рекомендации: Здоровье сберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения/Под ред. Безруких М.М., Сонькина В.Д. М.: Триада - фарм.- 2002 г.- 114 с.
7. Панков Д.Д., Румянцев А.Г. , Тростанецкая Г.Н. Медицинские и психологические проблемы школьников-подростков: Разговор учителя с врачом.- М.: АПК и ПРО, 2001.- 239 с.
8. Практикум по девиантологии/Автор-составитель Клейберг Ю.А.- СПб.: Речь,2007.-144 с.
9. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях: профилактика, технологии, консультирование, занятия, тренинги/Авт.-сост. Михайлина М.Ю., Павлова М.А..- Волгоград: Учитель, 2009.-207 с.
10. Скрипюк И.И. 11 баек для тренеров: истории, мифы, сказки, анекдоты. – СПб.: Питер, 2006.–176с.
11. Формирование социально-ответственного поведения у детей и молодёжи. Профилактика девиантного и аддиктивного поведения среди детей и молодёжи в учреждениях высшего, среднего и начального профессионального образования: Учебно-методическое пособие.- М.: АПК и ППРО, 2008.–188 с.
12. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности.- СПб.: Питер, 2007.- 607с.

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Куйбышевского района  
«Средняя общеобразовательная школа № 10»**

**Авторы-составители:  
Шейкина О.В., педагог-психолог;  
Антипова Е.В., педагог-психолог,  
Чурбанова Е.Г., социальный педагог**

**Программа  
первичной профилактики суицидального поведения  
учащихся школы  
«Пусть всегда буду Я...»**

**Актуальность**

За последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершённых самоубийств среди молодежи и детей нашего региона. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов на их проблемы и протестовали, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутри личностный конфликт и т.д. Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием защитной адаптации к жизни. Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

Одной из распространённых причин суицида подростка, чаще всего, является длительная конфликтная ситуация в семье. Чаще всего преобладают давящий стиль воспитания, требования беспрекословного выполнения указаний, что препятствует формированию у подростков самостоятельности в принятии

решений. В форме наказаний используются унижающие высказывания, болезненные для самолюбия и снижающие самооценку подростка. Семью могут постичь такие кризисные ситуации, как смерть близких, развод или потеря работы. Родители находятся в подавленном состоянии, бывает, что ищется ответственный за возникшие проблемы. В то же время одним из сильных факторов, удерживающих молодых людей в жизни, являются отношения с родителями. Если отношения строятся на доверительной основе, родитель относится к ребенку как к партнеру, тогда формируются защитные механизмы, предохраняющие подростка от суицидального поведения.

Школьные причины суицидального поведения обычно связаны с отношениями с учителями, администрацией. Именно в школе формируются такие важные социальные запросы подростка, как потребность в самоуважении; потребность в положительной оценке значимых для него взрослых; потребность в общении (мнение учителя может определять мнение коллектива сверстников, низкие оценки не способствуют улучшению отношений ученика в классе).

Отношения со сверстниками, особенно противоположного пола, являются весьма значимым фактором суицидального поведения подростков. Одним из объяснений важности этих отношений служит чрезмерная зависимость от другого человека, возникающая обычно в качестве компенсации плохих отношений со своими родителями, из-за постоянных конфликтов и отсутствия контакта с ними.

Анализируя причины суицидального поведения, мы пришли к необходимости организовать работу по сохранению и укреплению психо-эмоционального здоровья обучающихся нашей школы. По результатам диагностики уровня тревожности за последние годы показали, что случаев острого напряжения не выявлено, но, тем не менее, проблема существует. Окружающий нас мир создаёт трудности для раскрытия, реализации своих возможностей. Наша программа по ранней профилактике суицидального поведения позволяет обратить внимание на каждого ученика, показать, что в жизни много позитива и у каждого есть возможность сделать свой выбор.

**Цель программы:** организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди обучающихся, развитие стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психического и физического здоровья.

**Задачи программы:**

- выявление детей с высоким уровнем тревожности, обучение их методам релаксации и саморегуляции;
- создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе школы, так и в период трудной жизненной ситуации;
- межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование у учащихся позитивного образа «Я»;
- формирование у школьников позитивной адаптации к жизни как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых отношений между родителями, сверстниками, другими людьми и миром в целом, с самим собой.

**Ожидаемый результат:** программа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту обучающихся, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации детско-родительских взаимоотношений и продуктивного взаимодействия в среде сверстников.

В период реализации программы будет:

- создана эффективная система выявления детей «группы риска» и реабилитации учащихся и их семей, находящихся в социально опасном положении;
- усилены личностные ресурсы сознания обучающихся, препятствующие развитию саморазрушающих форм поведения;
- налажена координация и межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций города, занимающихся профилактикой суицидального поведения несовершеннолетних, а также службы психолого-педагогического сопровождения в МБОУ СОШ №10;

- расширены возможности пропаганды здорового образа жизни, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся школы.

*Реализация программы проводится в трех направлениях:*

- ✓ работа с обучающимися,
- ✓ работа с семьями,
- ✓ работа с педагогическими кадрами.

### **Методы отслеживания эффективности реализации программы**

Методологический инструментарий отслеживания эффективности реализации программы предусматривает использование следующих методов:

#### **1. Тестирование:**

- Методика самооценки психических состояний (по Г.Айзенку)

- Выявление акцентуаций (тест-опросник Шмишека)
- Шкала депрессии Зунге (Т.И. Балашовой)
- Шкала тревожности и депрессии Зигмунда
- ЦТЭС цветовой тест эмоциональных состояний
- Проективный тест “Рисунок семьи”

#### **2. Психолого-педагогическое наблюдение**

##### **Содержание программы**

Исходя из цели и задач программы, работа проводится по следующим направлениям:

#### **1. Организационно - методическая работа**

- диагностика — тесты на определение личностной и реактивной тревожности, подверженности стрессу
- создание электронной базы данных по социально неблагополучным семьям, детям, склонным к суицидальному поведению.

#### **2. Пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся:**

- организация досуга несовершеннолетних для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья;

- организация и проведение мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» в массовые и социально-значимые мероприятия.

### **3. Оптимизация межличностных отношений в системе «ученик-школа-родитель»**

- организация досуга учащихся для формирования широкого круга интересов, увлечений, занятий, направленных на укрепление и сохранение психического и физического здоровья;
- организация и проведение общешкольных мероприятий, акций по пропаганде ЗОЖ, вовлечение детей «группы риска» и семей в массовые мероприятия.

Состав участников программы разнообразен, включает себя учащихся:

- из семей неблагополучных в социальном и психологическом смысле;
- с тяжелым течением пубертата;
- акцентуированных и психологически изолированных и отверженных в различных детских и подростковых группах.

*Программа рассчитана на один год.*

#### **План мероприятий**

| <b>№ п/п</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Мероприятия</b>                                                                                      | <b>Сроки</b>                                                                | <b>Участники</b> | <b>Ответственный</b> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------|
| <b>Организационно - методическая работа</b><br><b>Цель:</b> Выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогической помощи и защите, изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении. |                                                                                                         |                                                                             |                  |                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Психодиагностические исследования, направленные на определение факторов, отрицательно воздействующих на | согласно плану работы педагога-психолога, по запросу классного руководителя | 7-11 класс       | Педагог-психологи    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                 |                         |                      |                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------|---------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | эмоциональное состояние учащихся:<br>•исследование социального статуса;<br>•исследование уровня адаптации;<br>•исследование уровня тревожности; |                         |                      |                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Психолого-педагогическое наблюдение                                                                                                             | в течение учебного года | 1-11 класс           | Специалисты ППМС сопровождения, учителя, родители |
| <b>Работа с учащимися</b><br><b>Цели:</b> формирование позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей. Привитие существующих в обществе социальных норм поведения, формирование детского милосердия, развитие ценностных отношений в социуме. |                                                                                                                                                 |                         |                      |                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Общешкольное мероприятие «День рождения Смайлика»                                                                                               | сентябрь                | 1-11 класс           | Педагоги-психологи                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Общешкольное мероприятие «День Простого карандаша»                                                                                              | октябрь                 | 1-11 класс           | Педагоги-психологи, классные руководители         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Неделя Психологии «Школа-территория комфорта»                                                                                                   | ноябрь                  | 1-11 класс, педагоги | Педагоги-психологи, классные руководители         |

|  |                                                                                                          |         |                      |                                                               |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------|---------------------------------------------------------------|
|  | День толерантности                                                                                       | ноябрь  | 1-11 класс, педагоги | Педагоги-психологи, классные руководители                     |
|  | Общешкольная акция «Обнимаем школу»                                                                      | декабрь | 1-11 класс, педагоги | Педагоги-психологи, классные руководители                     |
|  | Общешкольная акция «Пожиратель неприятности»                                                             |         | 1-11 класс, педагоги | Педагоги-психологи, классные руководители                     |
|  | Баскетбольный челлендж с папой                                                                           | декабрь | 8-11 классы          | Классные руководители, учителя физкультуры                    |
|  | Общешкольное мероприятие «День снега»                                                                    | январь  | 1-11 класс, педагоги | Педагоги-психологи, классные руководители                     |
|  | Неделя профессией                                                                                        | февраль | 1-11 класс           | Педагоги-психологи, социальный педагог, классные руководители |
|  | Кулинарный поединок                                                                                      | март    | 6-11 класс           | Классный руководитель, учитель технологии                     |
|  | Игровая программа квест «Сумерки», направленная на сплочение детей, на развитие коммуникативных навыков. | апрель  | 6-11 класс           | Классный руководитель, учитель технологии                     |

|                                                             |                                                                                                                                                  |                   |             |                                           |
|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------------------------------------|
|                                                             | Реализация программы «Мир чудес», направленной на снятие психо-эмоционального состояния учащихся в условиях сенсорной комнаты                    | апрель, май, июнь | 9, 11 класс | Педагоги-психологи                        |
|                                                             | Реализация профилактической программы «Экзамены без стресса»                                                                                     | в течение года    | 9,11 класс  | Педагоги-психологи, классные руководители |
| 4.                                                          | Участие в акциях городских волонтерских отрядов:<br>-«Белые цветы»<br>-«Добрые подарки»<br>-«Новогодняя открытка»<br>-«Просто стань волшебником» | в течение года    | 1-11 класс  | Классные руководители                     |
| 5.                                                          | Мы за здоровый образ жизни! (день здоровья)                                                                                                      | январь, май       | 1-11 класс  | Классные руководители                     |
| 6.                                                          | Просмотр фильмов по тематике с последующим обсуждением                                                                                           | в течение года    | 10-11 класс | Педагоги-психологи, классные руководители |
| <b>Работа с родителями</b>                                  |                                                                                                                                                  |                   |             |                                           |
| <b>Цель:</b> психолого-педагогическая помощь в поиске путей |                                                                                                                                                  |                   |             |                                           |

| взаимопонимания и обучение эффективным способам взаимодействия родителей с детьми как профилактика суицида среди учащихся |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |            |                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------|---------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                           | <p>Выступления на родительских собраниях</p> <p>темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•«Как помочь ребенку в трудной жизненной ситуации»;</li> <li>•«Это должен знать каждый родитель»;</li> <li>•«Негативные стили воспитания в семье»;</li> <li>•«Дети без вредных привычек»;</li> <li>•«Как помочь ребенку в трудной жизненной ситуации»;</li> <li>•«Конструктивные детско-родительские отношения».</li> </ul> <p>Выпуск буклетов «Родители просят совета», «Быть или не быть?»</p> | в течение учебного года | 1-11 класс | Педагоги-психологи, социальный педагог, классные руководители |
|                                                                                                                           | Индивидуальные консультации для родителей.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | по запросу              | 1-11 класс | Педагоги-психологи, социальный педагог,                       |

|                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                       |                         |          |                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------|---------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                       |                         |          | классные<br>руководители                                      |
| <b>Работа с педагогическими кадрами.</b><br><b>Цель:</b> разработка стратегий эффективного взаимодействия учителей с обучающимися как профилактика суицида среди учащихся |                                                                                                                                                                                                                       |                         |          |                                                               |
| .                                                                                                                                                                         | Обучающие семинары для всех участников образовательного процесса:<br>•«Алгоритм и стратегии работы с суицидом»;<br>•«Технологии работы с суицидом»;<br>•«Социально-педагогическая помощь при суицидальном поведении». | ноябрь,<br>март,<br>май | педагоги | Педагоги-психологи, социальный педагог, классные руководители |
| .                                                                                                                                                                         | Школьное методическое объединение классных руководителей «Техники и технологии психологической помощи подросткам в трудной жизненной ситуации»                                                                        | октябрь                 | педагоги | Педагоги-психологи, социальный педагог, классные руководители |

## **Итоги апробации**

Создание благоприятного эмоционального фона и психологического комфорта является одним из наиболее важных и сложных итогов в результате апробации профилактической программы. Комфорт выступает своеобразным условием, обеспечивающим развитие личности: на его фоне обучающийся раскрывается, проявляет свои таланты, творческие возможности, социальную активность. Созданию психологического комфорта способствуют общешкольные мероприятия: «День рождения Смайлика», «День простого карандаша», Неделя психологии, Неделя искусств, Дни здоровья. (Приложение 1). Главной целью этих мероприятий является поднятие общего эмоционального тонуса учащихся и педагогов, создание позитивного фона общения в школьном, детско-взрослом коллективе. Эти мероприятия сохраняют психофизическое и эмоциональное здоровье учащихся, помогают развивать способности личности, эффективно взаимодействовать с окружающими людьми, вырабатывать жизненно важные навыки и создавать благоприятный психологический климат в школе. Большой вклад вносят в формирование социально-активной личности различные школьные и районные акции. (Приложение 2).

Одним из способов укрепления детско-родительских отношений являются мероприятия совместного времяпрепровождения. Наблюдение показывает, что данные мероприятия приводят к созданию единого коллектива учеников, родителей, классного руководителя и педагогов школы, объединенного общими целями и ответственностью. Традиционное направление «Родительский университет» повышает педагогическую грамотность родителей, пополняет арсенал их знаний по вопросам воспитания и поддержки ребенка оказавшегося в трудной жизненной ситуации. (Приложение 3).

Методическая работа с педагогическим коллективом позволила выработать стратегию эффективного взаимодействия учителей с подростками группы риска. Практические семинары, работа школьного методического объединения, ПМПк

скоординировали работу учителей по более глубокому изучению данной проблемы. (Приложение 4).

### **Перспективы развития**

Результаты апробации показали, что данная программа оказалась на практике эффективной. Программа находится в состоянии постоянного совершенствования. В связи с этим мы видим перспективу дальнейшего развития программы в увеличении и разнообразии мероприятий:

#### по взаимодействию с учащимися:

- повышение социальной активности учащихся;
- профориентационная подготовка учащихся старших классов, создание адаптивной воспитательной среды для разных категорий учащихся;

#### по кадровому составу:

- эффективное использование городской системы повышения квалификации педагогических, административных кадров;
- повышение качества работы методического объединения классных руководителей в ходе обсуждения разных проблем в профилактической работе;
- отработка новых моделей здоровьесберегающих технологий;
- изучение, обобщение и внедрение методов работы педагогов;

#### по работе с родительской общественностью:

- систематическое проведение психолого-педагогического лектория для родителей учащихся школы с привлечением соответствующих специалистов в этой области;
- организация единого непрерывного педагогического взаимодействия родитель-ученик-учитель.

### **Список литературы**

1. Амбрумова А.Г. Возрастные аспекты суицидального поведения//В сб.: Сравнительно-возрастные исследования в суицидологии. - М., 1989. С. 824.
2. Ваулин С.В. Суицидальные попытки и незавершенные суициды: автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора медицинских наук. - М., 2012. – 46 с.
3. Веселкова Е.А., Века Л.М. Психологические аспекты подросткового суицида: метод. пособие.-Барнаул, 2006.-73 с.
4. Гайсина Д.А., Халилова З.А. и др. Генетические факторы риска суицидального поведения [Электронный ресурс]//Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. - 2008. - № 1. - URL: <http://www.mediasphera.ru/journals/korsakov/detail/415/6063/> (дата обращения: 10.01.2014 г.).
5. Зотов М.В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция. - СПб., 2006. - 144 с.
6. Журлова И.В. Девиантное поведение школьников: диагностика, профилактика, коррекция: пособие для студентов педагогического университета. Мозырь, 2011. – 173с.
7. Кучер А.А. Костюкович В.П. Выявление суицидального риска у детей//Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2001. - № 4. – С.32-39. Лукас К., Сейден Г. Молчаливое горе: жизнь в тени самоубийства. М.: Смысл, 2000. – 103 с.
8. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. М.,2008. – 960 с.
9. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. – М., 2005. – 182 с.
- 10.Методики диагностики и измерения психических состояний личности/Автор и составитель Прохоров А.О.. -М., 2004.- 176 с.
- 11.Опросник суицидального риска (модификация Разуваевой Т.Н.). - URL:<http://ravnaypr.narod.ru/tendencii/oprosnik.htm> (дата обращения:14.01.2014 г.).
- 12.Погодин И.А. Суицидальное поведение: психологические аспекты: учебное пособие. М., 2008. – 330 с.

13.Попов Ю.В., Пичиков А.А. Особенности суицидального поведения у подростков (обзор литературы)//Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. Бехтерева В.М. 2011. № 4. С. 4-8.

14. Профилактика суицидов среди подростков: Материалы практического семинара для психологов Алтайского края. Сборник научных статей. – Барнаул, 2006. – 88 с.

15.Психологические аспекты детского суицида: технологии профилактики: Сборник материалов международной научно-практической конференции//Андрюхин Н.Г., Артамонова Е.Г., Банщикова Т.Н., Березина В.А., Богачева Т.Ю., Вихристюк О.В., Ермолаева А.В., Ефимова О.И., Зайцева Н.В., Карпенюк К.В., Колосова А.А., Кретова Н.О., Мищенко П.П., Ощепков А.А., Райфшнайдер Т.Ю., Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю./Сост. науч.ред. Синягина Н.Ю., Зайцева Н.В., Артамонова Е.Г. М., 2013.- 99 с.

16.Романова И.В. Психофизиологические критерии риска суицидального поведения у школьников 14-17 лет: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата биологических наук. – Челябинск, 2010. – 23 с.

17.Сакович Н.А. Диалоги на Аидовом пороге. Сказкотерапия в профилактике и коррекции суицидального поведения подростков. - М., 2012.-113 с.

18.Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю. Детский суицид: психологический взгляд. – СПб., 2006. -176с.

19.Суицидальное поведение подростков. Методические рекомендации/Авторы-составители: Стадухина Л.К., Петрова Н.В., Норкина Е.Л., Маркова О.А., Бондаренко М.Ю.. – Йошкар-Ола, 2013.-50с.

20.Шелехов И.Л, Каштанова Т.В., Корнетов А.Н., Толстолес Е. С. Суицидология: учебное пособие. – Томск, 2011.-203 с.

21.Шнейдер Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков. – М., 2005.-339 с.

**Предметные недели**  
**Неделя Психологии «Разноцветная»**



## Дни профессий



## Дни здоровья



## День простого карандаша



## День смайлика



**Школьные акции  
«Пожиратель неприятностей»**



## «Смехотерапевт»



## День толерантности



## Интерактивная акция, посвященная Дню победы



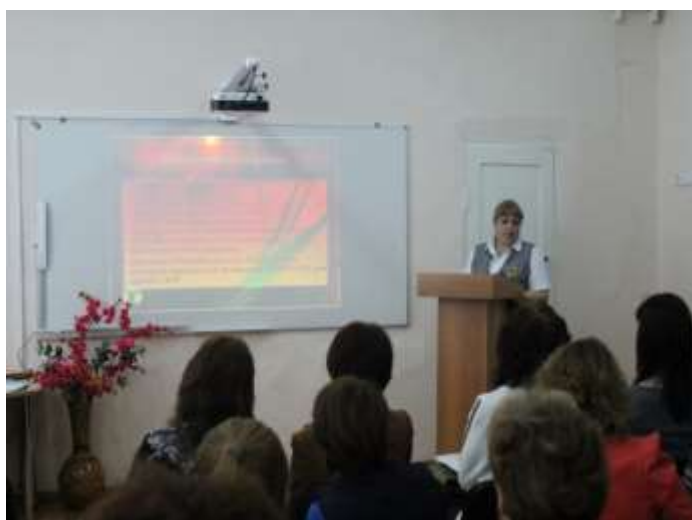
## Акция «Обними школу»



### Совместные мероприятия с родителями



**Методическая работа**



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Новосибирска ленинского района  
«Гимназия №16 «Французская»**



**Представление опыта по профилактической работе**



**Авторы-составители:  
Божко О.П., педагог-психолог;  
Матанцева Т.А., социальный педагог;  
Решетникова С.В., старший методист**

### **Проблемный анализ**

Девиантные проявления не являются новыми, это распространенный феномен, сопровождающий процесс социализации и зрелости, который возрастает на протяжении подросткового периода и снижается после 18 лет. Однако их исследование становится особенно актуальным в настоящее время, в переломный период развития нашего общества. В современном обществе взаимодействие личности, семьи и социума осуществляется в условиях качественного преобразования общественных отношений, которые вызывают не только позитивные, но и негативные изменения в различных сферах социальной жизни. Негативные тенденции общества особенно отражаются на подростках.

Анализ диагностических данных показывает, что подавляющее большинство девиантов из семей, где они постоянно сталкиваются с грубостью и безразличием или наоборот гиперопекой и запретом на самостоятельность. Кроме того, и со стороны педагогов существует скорее стремление пресечь плохое поведение, чем желание понять и устранить порождающие его причины. Это приводит к конфликтным отношениям не только между трудными детьми и педагогами, но и среди сверстников в классе. Подростки с девиантным поведением чаще всего испытывают на себе стереотип восприятия трудного подростка, они чаще подвергаются наказаниям и оскорблениям.

Подросток с трудностями в поведении сталкиваясь с постоянной отрицательной оценкой со стороны взрослых перестает надеяться на понимание и близость с их стороны. Девиантное поведение - это закономерная реакция подростка на те условия жизни, в которых он оказался. Поэтому профилактическая работа, проводимая в гимназии, заключается в том, чтобы посредством специальных профилактических мероприятий исключить возможность возникновения всякого рода нежелательных ситуаций.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Новосибирска «Гимназия №16 «Французская» ориентировано на рациональное, качественное, современное,

поликультурное образование. Образовательный процесс организован в соответствии с общеобразовательными программами начального общего, основного общего и среднего общего образования. Помимо углубленного изучения французского языка и литературы в гимназии функционируют классы инженерно-технологической направленности, на уровне среднего общего образования реализуется модель мультипрофильного обучения. Одной из приоритетных задач образовательного учреждения является формирование безопасной здоровьесберегающей среды. Гимназия вовлекает участников образовательного процесса в исследовательскую деятельность в области спортивно-оздоровительного направления, создает условия, стимулирующие заинтересованность подрастающего поколения в здоровом образе жизни, побуждает к саморазвитию, самовыражению и творчеству.

Профилактическая работа в гимназии представляет собой совокупность мер, направленных на совершенствование методов работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни гимназистов в рамках Целевой программы развития образовательного пространства МБОУ «Гимназия № 16 «Французская» на 2012-2020 гг. «Моя гимназия - мой успех в жизни».

**Целью** профилактической работы является создание оптимальных условий, обеспечивающих формирование антидевиантной устойчивости гимназистов, сохранение и укрепление их здоровья. Исходя из вышеназванной цели, осуществляется реализация следующих **задач**:

- ✓ формирование единого профилактического пространства в образовательной среде гимназии путем объединения усилий всех участников профилактического процесса;

- ✓ мониторинг состояния организации профилактической деятельности в образовательной среде и оценка ее эффективности;

- ✓ исключение влияния условий и факторов, способных провоцировать возникновение у обучающихся суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения.

**Особенность данного подхода** заключается в преобладании позитивных стимулов в антидевиантном воспитании обучающихся: осознание преимуществ здорового и безопасного образа жизни, создание безопасных для здоровья альтернатив употреблению психоактивных веществ, совершенствование коммуникативных навыков, становление активно отрицательной позиции по отношению к противоправным действиям у обучающихся.

#### **Применяемые инновационные технологии**

- ✓ Технология личностно-ориентированного подхода;
- ✓ Технология обучения в сотрудничестве;
- ✓ Технология продуктивно-творческой деятельности;
- ✓ Информационно-коммуникационные технологии;
- ✓ Модульно-компетентностная технология (индивидуализация обучения);
- ✓ Технология развития критического мышления;
- ✓ Технологии развития творческого мышления (проектная деятельность, кейс – технологии)

#### **Ожидаемый результат**

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей и подростков, снизить количество обучающихся с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детской и детско-родительской среде.

#### **Методы отслеживания эффективности реализации опыта/технологии**

1. Исследование социального статуса (ежегодно проводят классные руководители, социальный педагог). Социальный паспорт класса позволяет получить информацию об обучающихся находящихся в трудной жизненной ситуации и социально-опасном положении, дать оценку социальной ситуации в школе.
2. Социометрическое исследование (проводят классные руководители)
3. Мониторинг сформированности УУД учащихся 1-7 классов

4. Исследование уровня адаптации к новым школьным условиям 1, 5, 10 классы.
5. Исследование уровня тревожности 5 – 7 классы.
6. Определение личностных особенностей подросткового возраста.
7. Скрининг-исследование факторов риска девиантного поведения 8-10 классы. (Приложение 1)
8. Онлайн-тестирование учащихся 7-11 классов с целью выявления склонности к употреблению ПАВ и суицидальному поведению.
9. Скрининг-исследование психологического благополучия совместно со специалистами ГБУЗ НСО «НОДКПНД».
10. Мониторинг психологической безопасности образовательной среды в условиях модернизации 7 – 11 классы. (Приложение 2)
11. Мониторинг удовлетворённости родителей гимназистов качеством предоставляемых образовательных услуг в условиях модернизации 1 – 11 классы.
12. В течение года проводится индивидуальная диагностика по запросам участников образовательных отношений: учителей, родителей, учащихся, администрации.
13. Социальным педагогом ведётся журнал учёта учащихся, замеченных в употреблении ПАВ и противоправном поведении.

### **Содержание практического опыта/ технологии**

В гимназии имеется обязательный минимум нормативно правовых документов, согласно которым строится работа по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения. (Приложение 3)

Профилактическая работа ведётся в рамках следующих программ:

- Программа воспитательной работы гимназии «Моя гимназия – мой успех в жизни», включающая комплексы «Гражданин» (духовно-нравственное направление), «Содружество» (социальное направление), «Здоровый век» (спортивно-оздоровительное направление), «Знание-сила» (общеинтеллектуальное направление), «Гармония» (общекультурное направление);

- 1 Программа антинаркотического воспитания гимназистов;
- 2 Программа профилактики суицидального поведения несовершеннолетних;
- 3 Программа формирования восстановительной культуры взаимоотношений обучающихся посредством медиа объектов «Два мира», 1-11 классы;
- 4 Программа профилактики правонарушений среди несовершеннолетних в МБОУ «Гимназия № 16 «Французская»;
- 5 Программа «Психология общения» для учащихся 10 кл;
- 6 Программа элективного курса «Час психологического общения» для учащихся 5-8 классов;
- 7 Региональный проект – «Школа – центр физической культуры и здорового образа жизни».

В целях реализации программ в учебно-воспитательном плане гимназии имеются разделы «Работа по профилактике правонарушений среди несовершеннолетних», «Работа по профилактике суицидального поведения», «Работа по профилактике ПАВ», «План совместной работы с ООУП и ПДН отдела полиции № 7 «Ленинский»», где планируются разнообразные общешкольные мероприятия. В воспитательных планах классных руководителей мероприятия по данной тематике планируются с каждым конкретным классом.

*В системе профилактической деятельности гимназии можно выделить:* меры общей профилактики, обеспечивающие вовлечение всех учащихся в жизнь гимназии, и меры специальной профилактики, состоящие в выявлении учащихся, нуждающихся в особом внимании, и проведении работы с ними на индивидуальном уровне.

**Профилактическая работа проводится по четырем направлениям:**

1. *Первое направление* – работа с педагогическим коллективом гимназии, в частности с классными руководителями. Первый ее этап – ознакомление классных руководителей с нормативными документами, в соответствии с которыми проводится вся профилактическая работа в гимназии. Один раз в четверть проводятся заседания методического объединения классных руководителей.

2. *Второе направление* профилактической работы – работа с обучающимися гимназии. По результатам проведенных диагностик выявляются обучающиеся и семьи «группы риска». Весь учебный год в гимназии ведется учет посещаемости. Обучающиеся, наиболее часто пропускающие учебные занятия без уважительных причин, подвергаются индивидуальному контролю со стороны классного руководителя и социального педагога. Такая мера помогает уменьшить количество прогулов.

В гимназии действует «Совет по профилактике» в состав которого входят: заместитель директора по УВР, социальный педагог, педагог-психолог, инспектор ОПДН, классные руководители. Совет по профилактике действует на основании Положения о совете профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Совет создан для осуществления единого подхода к решению проблем профилактики правонарушений обучающихся, защиты их прав и законных интересов. Ежегодно состав Совета по профилактике утверждается приказом директора. Заседания проводятся согласно плану один раз в четверть (исключение составляют экстренные случаи), протоколно оформляются.

3. *Третье направление* профилактической работы – это работа с родителями/законными представителями обучающихся:

- ✓ профилактическая и просветительская, направленная на предупреждение девиантного поведения обучающихся, знакомство родителей личностными и возрастными особенностями подростков, с нормативно-правовыми актами, с документами, регламентирующими исполнение социально-педагогического мониторинга посредством организации учебного процесса в системе педагогического всеобуча родителей;

- ✓ коррекционная, направленная на социально-педагогическую и психолого-педагогическую реабилитацию обучающихся и консультирование родителей (законных представителей) по вопросам воспитания, которая включает в себя индивидуальную и групповую работу с родителями, проводимую совместно заместителем директора по воспитательной работе, социальным педагогом, педагогом-психологом, классным руководителем с привлечением

специалистов психологических центров, представителей органов здравоохранения.

4. *Четвертое направление* профилактической работы гимназии – межведомственное взаимодействие.

### **Межведомственное взаимодействие**



#### **Служба занятости населения**

Ежегодное трудоустройство подростков в возрасте 14-16 лет через службу занятости населения;

#### **Комплексный центр социального обслуживания населения**

Подача сигнальных карт, содействие в помощи для получения статуса «малоимущие», работа с семьями состоящих на учете КЦСОН;

#### **Психолого-педагогический центр помощи молодежи «Лад»**

Проведение родительских собраний, профилактическая работа с учащими и педагогами, групповые тренинги;

#### **ИМЦ Трезвый город**

Ежегодное проведение акции «Трезвый десант». Профилактика употребления психо-активных веществ;

#### **Отдел полиции № 7 «Ленинский» УМВД России по городу Новосибирску**



Совместный план работы на год, профилактические беседы инспектора ПДН, участие в допросах несовершеннолетних;

#### **Кафедра социальной работы и антропологии НГТУ**

Проведение родительских собраний, профориентационные мероприятия;

#### **Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав**

Представления по факту уклонения от обучения, неисполнения родительских прав. Перевод в вечернее ОУ;

### **Опека и попечительство**

Акты обследования жилищно-бытовых условий подопечных. Подача сигнальных карт. Информирование о мероприятиях районного и городского масштабов;

### **Городской центр образования и здоровья «Магистр»**

Оказание методической помощи, консультационных услуг, повышение квалификации.

### **ГБУЗ НСО Новосибирский областной детский клинический психоневрологический диспансер**

Скрининг-исследование психологического благополучия, консультации.

#### **Формы и методы профилактической работы**

- *Поведенческая терапия.* **Цели** коррекции в поведенческой терапии формулируются либо как научение новым адаптивным формам поведения; либо как угасание, торможение имеющихся у субъекта дезадаптивных форм.

- *Игротерапия.* **Цель** игротерапии: установление баланса в структуре личности ребенка. Следствиями установившегося равновесия должны стать укрепление «эго», модификация «супер-эго», и улучшение образа «Я».

- *Арттерапия.* Основная **цель** арттерапии состоит в развитии самовыражения и самопознания ребенка через искусство; в развитии способностей к конструктивным действиям с учетом реальностей окружающего мира. Отсюда вытекает важнейший принцип арттерапии - одобрение и принятие всех продуктов творческой изобразительной деятельности ребенка независимо от их содержания, формы и качества.

- *Группы личностного роста.* Группы личностного роста дают возможность апробировать и частично реализовать шесть основных потребностей подросткового возраста: в активности, безопасности, эмансипации, привязанности, успехе, самореализации и развитии собственного «Я».

На протяжении 5-ти лет гимназия проводит *экскурсии* для учащихся 8-9 классов в ГKB № 34 (токсикологическое отделение).

- *Видеолектории* с привлечением специалистов (ИМЦ «Трезвый город», ФСКН, психолого-педагогический центр «Лад») для учащихся 8-11 классов и родителей;

- организация досуга несовершеннолетних. (Приложение 4)

**Внеурочная занятость в гимназии:**

- ✓ Бадминтон
- ✓ Вокальная студия "Рандеву"
- ✓ Кукольный театр "Arlequin"
- ✓ Лингвистический клуб
- ✓ Маленькая швея
- ✓ Студия декоративно-прикладного искусства "Мир творчества"
- ✓ Театральная студия "Браво"
- ✓ Изостудия
- ✓ Занимательная археология
- ✓ Фольклорная студия
- ✓ Столярное дело.



В целях обеспечения безопасной образовательной среды и создания комфортных психолого-педагогических условий в гимназии функционирует

**социально-психолого-педагогический центр**, в составе педагогов-психологов начальной, средней и старшей школы, учителя-логопеда и

социального педагога. **Целью** деятельности специалистов социально-психолого-педагогического центра в гимназии является обеспечение защиты интересов личности в сфере образования, социально-психолого-педагогическая поддержка обучающихся на всех этапах возрастного развития, сохранение и укрепление здоровья, повышение адаптационных возможностей обучающихся и психологической культуры всех участников образовательных отношений на протяжении всего периода обучения.

**В рамках профилактического и просветительского направления ежегодно реализуются:**

- ✓ организация и проведение акций (массовая акция по утверждению здорового, трезвого образа жизни в молодежной среде «Трезвый десант»;
- ✓ Всероссийская акция «СТОП ВИЧ/СПИД», «Спорт

альтернатива вредным привычкам» и другие; (Приложение 5)

- ✓ организация и проведение недели специалистов СППЦ (первая четверть);

- ✓ организация и проведение профилактических мероприятий и бесед «Вред электронных сигарет», «Правонарушение» и т.п.;

- ✓ привлечение родителей для участия в социальных акциях, конкурсах и конференциях;

- ✓ работа над стендом «Социально-психолого-педагогический центр» (подготовка буклетов, информационных плакатов и сообщений);

- ✓ ведение интернет-страницы центра на сайте гимназии.

### **Подготовлены следующие статьи и памятки:**

- ✚ Зачем идти к психологу или когда не знаешь как себя вести;

- ✚ Школьные годы, чудесные или большие проблемы маленького человека;

- ✚ Родитель и подросток: как себя вести?

- ✚ КАК говорить об ЭТОМ с подростком.

- ✚ Советы родителям: Как помочь детям подготовиться к экзаменам

- ✚ Как помочь ребенку в приготовлении уроков

- ✚ Грубость, неуважение к старшим. Мой ребенок все время РАЗДРАЖЕН

- ✚ Режим дня младшего школьника

- ✚ Интернет безопасность

- ✚ Профилактика аддикций

- ✚ Как научить ребенка быть осторожным при знакомстве с новыми людьми в Интернете

- ✚ Как помочь тревожному ребенку

- ✚ Признаки токсического и наркотического опьянения (Приложение 6).

Профилактика девиаций и оказание своевременной помощи детям, подросткам и (или) их семьям, попавшим в сложные социальные, семейные, педагогические и прочие ситуации, является одной из важных задач работы **классного**

**руководителя.** Работа ведется в соответствии с разработанным алгоритмом.

***Пошаговая инструкция выявления учащихся с риском асоциального поведения.***

Шаг 1 – Диагностика учащихся;

Шаг 2 – Заполнение прогностической таблицы;

Шаг 3 – Распределение по группам

- учащиеся с низким и средним нервно-психическим состоянием (менее 21 балла)
- учащиеся с неустойчивым нервно-психическим состоянием (21-24 балла)
- учащиеся с риском суицидального поведения (25 и более баллов)

Шаг 4 – Выход на ПМПк (подготовка педагогической характеристики)

Шаг 5 – Составление программы коррекции

- педагогическое наблюдение и поддержка;
- экстренное консультирование;
- индивидуальный план коррекции, направление в ЦППМСП

Предупредительно - профилактическая деятельность осуществляется через систему классных часов и тематических бесед, экскурсий, вовлечение в творческую жизнь класса, гимназии, кружки и секции, привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий и другое.

**Пресс-центр.** Вопросы по профилактике ЗОЖ систематически освещаются средствами массовой информации гимназии. Гимназисты исследуют и анализируют вопросы по проблеме употребления ПАВ (табака, алкоголя, наркотических веществ) среди подростков, снимают видеоролики по пропаганде здорового образа жизни. (Приложение 7)

С 2016 года гимназия является опорной площадкой общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации

**«Российское движение школьников»**

Российское движение школьников



(РДШ) — общественно-государственная детско-юношеская организация, целью которой является совершенствование государственной политики в области воспитания подрастающего поколения и содействие формированию личности на основе присущих российскому обществу системы ценностей.

### **Основные направления работы РДШ:**

- **личностное развитие** (творческое развитие, популяризация профессий и здорового образа жизни);
- **гражданский активизм** (добровольческая деятельность, поисковая работа, изучение истории и краеведения);
- **военно-патриотическое направление** (работа патриотических клубов, военно-спортивные игры, Юнармия, Юные инспектора дорожного движения, Юные спасатели, Юные пограничники);
- **информационно-медийное направление** (подготовка информационного контента, создание школьной газеты, съемки роликов, освещение в СМИ и работа в социальных сетях).

В своей деятельности движение стремится объединять и координировать организации и лица, занимающиеся воспитанием подрастающего поколения и формированием личности.



**Детское Гимназическое Движение гимназии "КРЫЛЬЯ"**  
Официальная группа движения в социальной сети "Вконтакте"! [vk.com/krilya\\_gim16](https://vk.com/krilya_gim16)



Формированию культуры общения с медиа способствует проведение в гимназии цикла **медиауроков** по следующим направлениям: духовно-нравственное направление и интернетбезопасность.

Медиаобразование предусматривает методику проведения занятий, основанную на проблемных, эвристических, игровых и др. продуктивных формах обучения, развивающих индивидуальность учащегося, самостоятельность его мышления, стимулирующих его способности через непосредственное

вовлечение в творческую деятельность, восприятие, интерпретацию и анализ структуры медиатекста, усвоение знаний о медиакультуре. Работа ведется в рамках медиаобразовательного проекта «Взгляд» при тесном сотрудничестве со специалистами Городского центра информатизации «Эгида». (Приложение 8)

**Проводятся следующие медиауроки:**

- «Не сотвори себе проблему» (9 – 11 кл) (Приложение 9)
- «Я хороший, ты хороший» (6 – 7 классы);
- «Информация в интернете: возможности и риски» (8-9 кл);
- «Самопрезентация» (8 – 9 классы);
- «Друзья, или френды» (11–е классы);
- «Цифровой образ жизни» и другие (9 - 11 классы).

Полученные знания и навыки позволяют старшеклассникам грамотно и эффективно использовать весь спектр коммуникативных возможностей, предоставляемых Интернетом, быть более уверенными и защищенными в сетевом обществе.

**Итоги апробации**

Поскольку результаты профилактической работы имеют отдаленный характер, то предварительными результатами на данный момент являются отзывы педагогов, родителей и самих обучающихся о том, насколько мероприятия востребованы для них, насколько интересны и значимы. Так обучающиеся, после проведения занятий, которые включают в себя интересные методы и формы работы, говорят: «Мне было интересно», «я подумаю над этим вопросом», «я по - иному посмотрел на эти вещи» и т.д. Это позволяет говорить о том, что в процессе занятий достигается очень важный эффект связанный с развитием личности, ее становлением.

Мероприятия, повышающие информационную компетентность по актуальным вопросам профилактики асоциального поведения, для педагогов и родителей имеют достаточную востребованность, поскольку дают представления родителям и педагогам о том, что волнует подростков, с чем связаны те или иные их действия, как наладить взаимоотношения с подростками, как снизить риски ухода несовершеннолетних в асоциальную среду и т.д.

*Опыт работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся гимназии был представлен:*

✓ на I городской научно-практической конференции «Психолого-медико-педагогические аспекты профилактики девиантного поведения детей и подростков в системе образования» (ГУО мэрии г. Новосибирска, Городской центр образования и здоровья «Магистр», 2014г.);

✓ на Областном конкурсе социально-значимых мероприятий, направленных на формирование здорового и безопасного образа жизни», сентябрь 2014г.;

✓ в Сборнике материалов для проведения медиа-занятий в рамках духовно-нравственного воспитания учащихся образовательных организаций (ГУО мэрии г. Новосибирска, Городской центр информатизации «Эгида», 2015г, стр.84-89);

✓ в феврале 2016 года гимназия стала лауреатом II Всероссийского конкурса «Школа здоровья – 2016», проект «Здоровьесберегающие технологии в современном образовании», г. Санкт- Петербург;

✓ 28 октября 2017 года в рамках III-й профильной смены «Время выбрало нас» Новосибирского отделения Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников» состоялось награждение за самые лучшие проекты по направлениям «Российского движения школьников». Высшей наградой Новосибирского регионального отделения РДШ «Золотой знак лидера РДШ» были награждены старший вожатый МБОУ Гимназии № 16 «Французская», Якутин Евгений Анатольевич и активистка Детского Гимназического Движения «Крылья», лидер информационно-медийного направления МБОУ «Гимназия №16 «Французская» Клинг Яна 10 Б.;

✓ Представление опыта работы на районном семинаре «Профилактика суицидального и аддиктивного поведения обучающихся в МБОУ «Гимназия №16 «Французская».

### **Перспективы развития**

Работа по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения гимназии находится в состоянии постоянного совершенствования. Её открытость свидетельствует

о постоянной готовности ответить на любые запросы, предъявляемые к системе образования государством и обществом. В связи с этим приоритетами работы школы будут:

по взаимодействию с учащимися:

- ✓ повышение социальной активности учащихся через интеграцию учебного и воспитательного процессов, широкое внедрение современных технологий в работу гимназии;
- ✓ создание единой информационной базы об учащихся и их семьях;
- ✓ учет профильной подготовки учащихся старших классов в профилактической работе школы;
- ✓ создание адаптивной воспитательной среды для разных категорий учащихся;
- ✓ усиление взаимодействия с партнерами школы по профилактической и воспитательной работе;

по кадровому составу:

- ✓ эффективное использование городской системы повышения квалификации педагогических, административных кадров;
- ✓ повышение качества работы методического объединения классных руководителей в ходе обсуждения разных проблем в профилактической работе;
- ✓ отработка новых моделей здоровьесберегающих технологий;
- ✓ изучение, обобщение и внедрение методов работы опытных педагогов;
- ✓ систематизация и унификация документооборота по воспитательной и профилактической работе гимназии на основе федеральных, городских законов, программ и методических рекомендаций;

по работе с родительской общественностью:

- ✓ систематическое проведение социально-психолого-педагогического лектория для родителей обучающихся с привлечением соответствующих специалистов;
- ✓ организация единого непрерывного педагогического взаимодействия родитель-ученик-учитель.

### **Список использованной литературы**

1. Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г. Вступила в силу 25 декабря 1993 г. (с учетом поправок, внесенных Законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30.12.2008 г. № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 г. № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 г. № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 г. № 11-ФКЗ)//СПС «Консультант Плюс».

2. Приказ Департамента образования Мэрии г. Новосибирска № 115-од от 20.07.2016г. «О мерах по предупреждению случаев совершения суицидов (попыток суицидов) среди несовершеннолетних и преодолению их последствий в муниципальных учреждениях образования г. Новосибирска»

3. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 г. № 223-ФЗ (в редакции от 30.12.2015 г.)//СПС «Консультант Плюс».

4. Федеральный закон № 103-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка» от 24.07.1998 г. (в редакции от 28.12.2016 г.)//СПС «Консультант Плюс».

5. Федеральный закон № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24.06.1999 г. (в редакции от 03.07.2016)//Информационно-правовой портал «Гарант.РУ».

6. Панкратов Р.И., Тарло Е.Г., Ермаков В.Д. Дети, лишённые свободы: Монография. – М.: Юрлитинформ, 2003. -256с.

7. Работа с семьей по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних: современные социально-психолого-педагогические подходы: учеб-метод.пособие/ Галиева С.Ю., Коробкова В.В., Метлякова Л.А. и др.; отв. за вып. Якина Ю.И.; Перм. гос. гуманитар-пед. ун-т. –Пермь, 2012. –155 с.– (Развитие воспитательного потенциала современной семьи).

## **Опыт социально-психолого-педагогической работы по профилактике делинквентного поведения гимназистов**

### **Аннотация**

*В данной работе представлен опыт по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения в школьном сообществе.*

**Ключевые слова:** несовершеннолетний, безнадзорность, гиперопека, профилактика, суицидальное и делинквентное поведение, аддикции.

В настоящее время профилактике девиантного поведения уделяется особое внимание. Для повышения эффективности профилактики необходимы специальные меры, направленные, с одной стороны, на оздоровление социальной жизни детей и подростков, а с другой стороны на оздоровление их внутреннего мира. Это предполагает: *во-первых*, выявление причин деформаций в поведении детей и подростков, поиск средств и способов их устранения, изменения среды в интересах ребенка; *во-вторых*, построение адекватного процесса воспитания, способствующего развитию личности ребенка.

Достижение поставленной цели возможно при реализации следующих **задач**: 1) формирование единого пространства в образовательной среде гимназии путем объединения усилий всех участников профилактического процесса; 2) мониторинг состояния организации профилактической деятельности в образовательной среде и оценка ее эффективности; 3) исключение влияния условий и факторов, способных провоцировать возникновение у обучающихся суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения.

**Особенность данного подхода** заключается в преобладании позитивных стимулов в антидевиантном воспитании обучающихся: осознание преимуществ здорового и безопасного образа жизни, создание безопасных для здоровья альтернатив употреблению психоактивных веществ, совершенствование коммуникативных навыков, становление активно отрицательной позиции по отношению к противоправным действиям у обучающихся.

**Справка**  
**по итогам проведения скрининга для выявления**  
**обучающихся группы риска по суицидальному поведению**  
**(8 классы)**

**Дата проведения:** 04.10.2017г.

**Цель:** раннее выявление признаков социального неблагополучия детей.

**Комплекс психологических методик:**

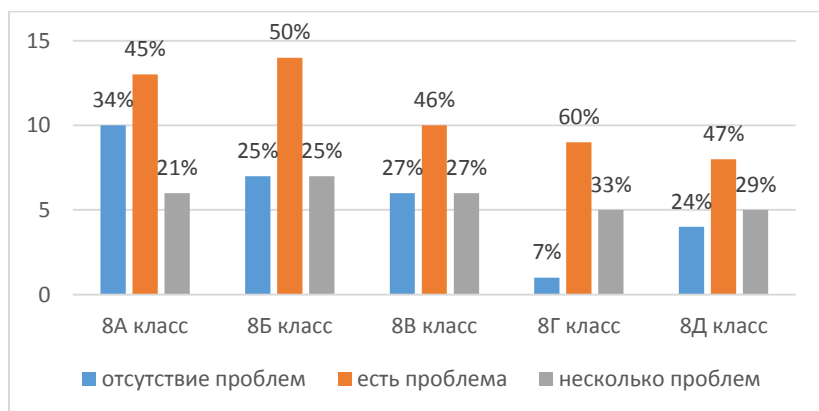
1. Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков (А.Н. Волкова)
2. Методика самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)
3. Экспресс-диагностика суицидального риска ОСР А.Г. Шмелев (модификация Т.Н. Разуваевой)

Было обследовано: 99 учеников (8 «А», 8«Б», 8«В», 8«Г», 8«Д»)

**Обобщенная интерпретация данных:**

**1. Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков (А.Н. Волкова)**

Заполняется учителем совместно с социальным педагогом и педагогом-психологом



Анализ полученных эмпирических данных показал, что:

- 28 человек (25%) практически не подвержены факторам социального риска;
- 54 человека (49%) попадают в категорию внимания по одному из факторов риска;
- 29 человек (26%) попадают в категорию внимания по нескольким факторам риска.

*Наиболее часто встречающиеся факторы риска:* неудачи в учебе, низкие школьные успехи, ребята проживают в неполных семьях, перенесли недавнюю смерть близкого родственника, развод в семье, акцентуации личности, нарушение контроля, импульсивность, пассивность, несамостоятельность.

### **Выводы:**

1. В соответствии с прогностической таблицей суицидальной активности, с точки зрения специалистов (классного руководителя, социального педагога, педагога-психолога), у подростков 8 –х классов не выявлено.

2. Выявлено наличие обучающихся (75%), требующих особого внимания и поддержки со стороны классного руководителя, социального педагога, педагога-психолога для минимизации факторов риска.

### **2. Методика самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)**

Методика предназначена для диагностики таких психических состояний как: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность.

| Показатель         | Классы      |             |            |             |             |
|--------------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|
|                    | 8А          | 8Б          | 8В         | 8Г          | 8Д          |
| <b>ТРЕВОЖНОСТЬ</b> |             |             |            |             |             |
| низкая             | 18<br>(75%) | 15<br>(60%) | 8<br>(47%) | 10<br>(56%) | 14<br>(93%) |
| средняя            | 6<br>(25%)  | 9<br>(36%)  | 9<br>(53%) | 8<br>(44%)  | 1<br>(7%)   |
| высокая            |             | 1 (4%)      | -          | -           | -           |

|                                                     |                     |                     |                     |                     |                     |
|-----------------------------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| <b>Итого:</b>                                       | <b>24</b><br>(100%) | <b>25</b><br>(100%) | <b>17</b><br>(100%) | <b>18</b><br>(100%) | <b>15</b><br>(100%) |
| <b><i>ФРУСТРАЦИЯ (безысходность и отчаяние)</i></b> |                     |                     |                     |                     |                     |
| устойчив<br>ость к<br>неудачам                      | 19<br>(79%)         | 20<br>(80%)         | 11<br>(65%)         | 14<br>(78%)         | 13<br>(87%)         |
| средний<br>уровень                                  | 4<br>(17%)          | 5<br>(20%)          | 6<br>(35%)          | 4<br>(22%)          | 2<br>(13%)          |
| низкая<br>самооцен<br>ка                            | 1<br>(4%)           | -                   | -                   | -                   | -                   |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>24</b><br>(100%) | <b>25</b><br>(100%) | <b>17</b><br>(100%) | <b>18</b><br>(100%) | <b>15</b><br>(100%) |
| <b><i>АГРЕССИВНОСТЬ</i></b>                         |                     |                     |                     |                     |                     |
| спокойн<br>ы,<br>выдерж<br>аны                      | 13<br>(54%)         | 11<br>(44%)         | 5<br>(29%)          | 10<br>(56%)         | 14<br>(93%)         |
| средний<br>уровень                                  | 9<br>(36%)          | 11<br>(44%)         | 10<br>(59%)         | 8<br>(44%)          | 1<br>(7%)           |
| агрессив<br>ны                                      | 2 (10%)             | 3 (12%)             | 2 (12%)             | -                   | -                   |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>24</b><br>(100%) | <b>25</b><br>(100%) | <b>17</b><br>(100%) | <b>18</b><br>(100%) | <b>15</b><br>(100%) |
| <b><i>РЕГИДНОСТЬ</i></b>                            |                     |                     |                     |                     |                     |
| ригиднос<br>ти нет                                  | 11<br>(46%)         | 6<br>(24%)          | 5<br>(29%)          | 6<br>(33%)          | 11<br>(73%)         |
| средний<br>уровень                                  | 10<br>(42%)         | 17<br>(68%)         | 9<br>(53%)          | 12<br>(67%)         | 4<br>(27%)          |
| сильно<br>выражен<br>а                              | 3<br>(12%)          | 2<br>(8%)           | 1<br>(6%)           | -                   | -                   |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>24</b><br>(100%) | <b>25</b><br>(100%) | <b>17</b><br>(100%) | <b>18</b><br>(100%) | <b>15</b><br>(100%) |

По таблице видно, что высоких показателей *тревожности*

у обучающихся в 8-х классах нет.

Большое значение для оценки склонности к суициду у подростков имеет уровень *фрустрации* — психологического состояния гнетущего напряжения, чувства безысходности и отчаяния, возникающего в ситуации, которая воспринимается личностью как неотвратимая угроза достижению значимой для нее цели, реализации той или иной ее потребности. Исследование показало, что фрустрация имеет место у 21% учеников 8 «А» класса, 20 % учеников 8 «Б», 35 % учеников 8 «В», 22 % учеников 8 «Г» и 13% учеников 8 «Д» класса.

Низкую самооценку имеет 1 ученик 8 «А» класса (4% от их общей численности).

Исследование также показало, что в той или иной степени *агрессивность* проявляется у 46% учеников 8 «А» класса, у 56% учеников 8 «Б», у 71% учеников 8«В», у 44% учеников 8 «Г» класса и у 7% учеников 8 «Д» класса. При этом следует отметить, что средний уровень агрессивности является нормативным показателем.

Так же был определен уровень *ригидности*, т.е. неспособности и неготовности индивида к перестройке запланированной схемы активности в обстоятельствах, когда ранее намеченная программа требует существенных изменений. Сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они не соответствуют реальной обстановке, были выявлены у 3 учеников 8 «А» (12 %), 2 учеников 8 «Б» (8 %), 1 ученика 8 «В» (6%). Таким образом, проявления ригидности не свойственны учащимся 8 классов. **Вывод:** психические состояния обучающихся на параллели 8 классов, такие как тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность, находятся в пределах допустимой нормы.

### **3. Экспресс-диагностика суицидального риска ОСР Шмелев А.Г. (модификация Т.Н. Разуваевой)**

Для выявления суицидального риска и уровня сформированности суицидальных намерений была использована экспресс-диагностика суицидального риска ОСР А.Г. Шмелева в модификации Т.Н. Разуваевой. На основе анализа результатов исследования суицидального риска, можно сделать вывод, что

риск суицидального поведения у данной группы подростков отсутствует, т.к. выявлены низкие показатели. Тем не менее, отдельный показатель все же завышен.

У 68% обучающихся (68 человек) наиболее выражен показатель по шкале – *максимализм*. (Инфантильный максимализм ценностных установок. Аффективная фиксация на неудачах. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта в какой-то одной жизненной сфере) 8 «А» - 19 чел.; 8 «Б» – 19 чел.; 8 «В» - 6 чел.; 8 «Г» - 12 чел.; 8 «Д» - 12 чел.

**Вывод:** Таким образом результаты данного исследования позволяют сделать вывод, что у обучающихся на параллели 8 –х классов риски суицидального поведения на период исследования не выявлены. Однако, полученные данные позволили выявить детей, которые нуждаются в дополнительном наблюдении и диагностике, а также в проведении дополнительных мероприятий профилактического характера, которые позволят минимизировать влияние социальных факторов риска. В качестве профилактических мер суицидального поведения может проводиться: социально-психологические тренинги эффективного адаптивного поведения, индивидуальные и групповые психокоррекционные занятия по повышению самооценки, развитию адекватного отношения к собственной личности, эмпатии; психологическая коррекция стратегии избегания неудач; увеличение уровня самоконтроля, выработка мотивации на достижение успеха. А также обучение социальным навыкам и умениям преодоления стресса, оказание подросткам социальной поддержки.

## Справка

### по итогам проведения мониторинга психологической безопасности образовательной среды в условиях модернизации (7 – 10 классы)

**Дата проведения:** 14 мая 2017г.

**Цель мониторинга:** выявить уровень психологической безопасности образовательной среды в гимназии.

**Методика:** анкета - опросник для гимназистов «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды» И.А. Баева.

По итогам анкетирования обработано **142** анкеты

### Обобщенная интерпретация данных

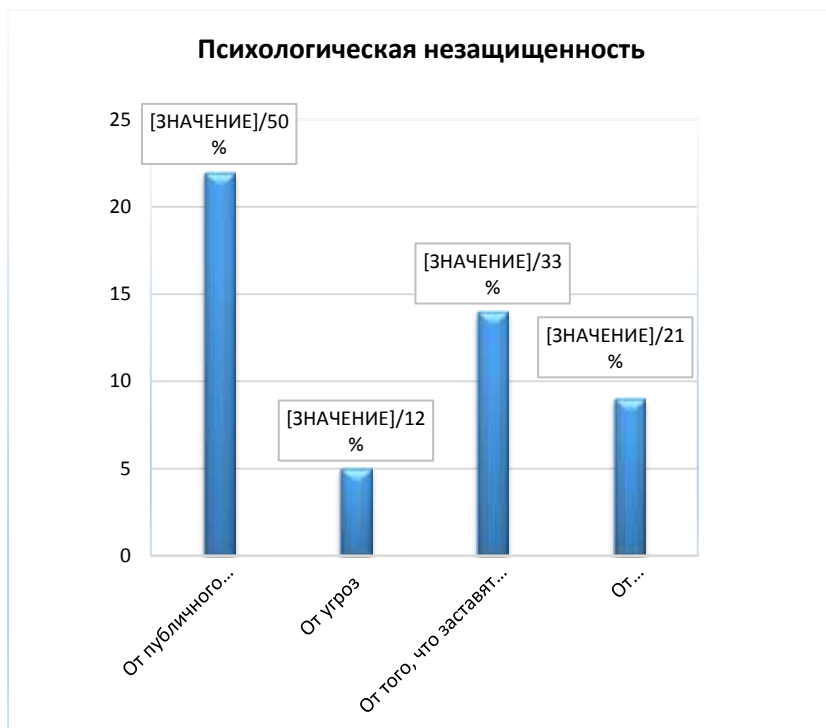


### Эмоциональный фон (настроение)



### Удовлетворенность характеристиками образовательного процесса





Анализ полученных эмпирических данных показал, что с точки зрения гимназистов, наиболее важными характеристиками образовательного процесса являются: эффективные взаимоотношения с учителями и одноклассниками, множество возможностей проявить инициативу и активность, сохранение в процессе образовательных отношений личного достоинства и уверенности в получении своевременной помощи. Основным источником нарушения безопасности образовательной среды, по оценке учащихся, является учитель: принуждает что-либо делать против желания детей. Наименее выражены, по мнению детей, такие источники опасности, как угрозы и публичные унижения одноклассников.

*В ходе анкетирования были выявлены следующие риски образовательной среды:*

- восприятие учителей как угрожающих эмоциональному благополучию;
- отстранение учащихся от контакта;
- пребывание учителей в условиях повышенного нервно эмоционального напряжения;
- вероятность возникновения конфликтов родителей с коллективом образовательного учреждения при попытке защитить собственного ребенка.

*В качестве предложений по повышению психологической безопасности образовательной среды рекомендовано:*

- проводить ежегодный мониторинг психологической безопасности образовательной среды.
- разработать комплекс мер, направленных на нормализацию отношений участников образовательного процесса, предотвращение внутренних и внешних угроз.

### Нормативно – правовая база

- Конституция Российской Федерации
- Конвенция о правах ребенка от 20.12.1989 г
- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273 - ФЗ
- ФЗ РФ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24.06.1999 № 120-ФЗ
- ФЗ РФ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 29.12.2010 №436-ФЗ
- ФЗ РФ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» от 23.02.2013 №15-ФЗ
- ФЗ РФ «О внесении изменений в кодекс РФ об административных правонарушениях и ФЗ «О рекламе» в связи с принятием ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» от 21.10.2013 №274
- ФЗ РФ «О наркотических средствах и психотропных веществах» от 08.01.1998 №3-ФЗ
- ФЗ РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 22.08.2004 №122-ФЗ
- Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года.
- Национальная стратегия действий в интересах детей на 2017 - 2022 годы.
- Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
- Распоряжение Правительства РФ от 12.03.16г. № 423-р «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2016-2020 годах. Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Постановление Правительства РФ от 26 октября 2012 г.

№ 1101 "О единой автоматизированной информационной системе "Единый реестр доменных имен, указателей страниц сайтов в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и сетевых адресов, позволяющих идентифицировать сайты в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", содержащие информацию, распространение которой в Российской Федерации запрещено"

➤ Письмо Министерства образования и науки РФ от 26 января 2000 года № 22-06-86 «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков».

➤ Письмо Минобразования РФ от 29.05.2003 № 03-51 102ин/22-03 "О мерах по усилению профилактики суицида среди детей и подростков".

➤ Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей от 18 января 2016 г. № 07-149 "О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида".

➤ Распоряжение от 23.11.2015 г. № 452-РП «Об утверждении плана мероприятий по реализации Стратегии действий в интересах детей Новосибирской области на 2015 - 2017 годы».

➤ Приказ департамента здравоохранения Новосибирской области и департамента образования Новосибирской области от 07.04.2010 год №674/616 «Об организации психиатрической помощи детям, находящимся в кризисной ситуации»

➤ Приказ Министерство Здравоохранения Новосибирской области, Министерство Социального Развития Новосибирской области, Управление Министерства Внутренних дел России по Новосибирской Области Министерство Образования, Науки и Инновационной Политики Новосибирской Области 24.07.2013 № 2533/839/343/1843 г. Новосибирск «Об утверждении порядка реализации межведомственного поля в оказании помощи детям с суицидальным поведением».

➤ Письмо министерства образования, науки и инновационной политики Новосибирской области от 14.11.2016 № 9110-03/25 «О дополнительных мерах по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних».

➤ Приказ Департамента образования Мэрии

г. Новосибирска № 115-од от 20.07.2016г. «О мерах по предупреждению случаев совершения суицидов (попыток суицидов) среди несовершеннолетних и преодолению их последствий в муниципальных учреждениях образования г.Новосибирска»

➤ Постановление Правительства РФ от 13.03.2002 №154 «О дополнительных мерах по усилению профилактики беспризорности и безнадзорности несовершеннолетних на 2002 год»

➤ Постановление Правительства РФ от 06.11.2013 №995 «Об утверждении Примерного положения о комиссиях по делам несовершеннолетних и защите их прав»

➤ Письмо Минобразования РФ от 21.03.2002 №419/28-5 «О мерах по выявлению и учету детей в возрасте 6-15 лет, не обучающихся в ОУ»

➤ Письмо Министерства образования и науки РФ от 05.09.2011 № МД-1197/06 «О концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде»

➤ Приказ начальника управления образования от 16.04.2007 № 138 «Об организации и порядке ведения в ОУ учета обучающихся и семей, находящихся в СОП.

➤ Устав МБОУ г. Новосибирска «Гимназия №16 «Французская».

➤ Правила внутреннего трудового распорядка.

➤ Положение МБОУ Гимназии №16 «Французская» о МО специалистов СППЦ

➤ Положение МБОУ Гимназии №16 «Французская» о Совете по профилактике правонарушений обучающихся.

➤ Положение МБОУ Гимназии №16 «Французская» о постановке обучающихся на внутришкольный учет.

➤ Положение МБОУ Гимназии №16 «Французская» о ПМПк.

**Методические материалы:**

- Профилактика наркозависимости в школе.

Методическое пособие в 2-х частях под редакцией Короленко Ц.П.;

- Сборник методических рекомендаций для специалистов ОУ, реализующих антинаркотическую деятельность. Авторы Радченко М.П. и Габер И.В..

- Материалы 8 городской научно-практической конференции. Актуальные аспекты профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися, связанных с употреблением ПАВ.

## **КРУЖКИ И СЕКЦИИ В ГИМНАЗИИ**

### *ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЕ НАПРАВЛЕНИЕ*

1. Музей «Нормандия-Неман» (7-11 класс) Кабинет № 4  
понедельник, вторник: 09:00-19:00 четверг, пятница: 14:00 19:00  
Домбровская Наталья Юрьевна

2. Военно-патриотический клуб «Горизонт» (8-11 класс)  
Кабинет № 1 пятница: 13:50-15:40 Игонин Михаил Юрьевич

### *СОЦИАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ*

1. ДГД «Крылья» (8-11 класс) Актовый зал 1 раз в четверть  
Решетникова Светлана Васильевна

### *ОБЩЕКУЛЬТУРНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ*

1. Театральная студия «Браво» (1-11 класс), занятия  
понедельник 12:00-13:40 (первые классы) репетиции: 14:00-16:00  
вторник занятия 11:05-12:45 (вторые классы) репетиции 13:00-  
16:00 среда занятия 12:00-13:40 (3-7 классы) 13:50-14:35 (4-7  
классы) репетиции 15:00-17:00 четверг репетиции 11:00-17:00  
пятница репетиции 11:00-17:00 суббота репетиции 11:00-16:00  
Котова Елена Павловна

2. Вокальная студия «Рандеву» (младший состав, старший  
состав) (3, 4 класс, 8-11 класс) актовый зал вторник: 12:00-14:00  
(младший состав) 14:00-16:00 (старший состав) Игнатенко Лариса  
Степановна

3. Художественная студия «Ecole d'art» (1-7 класс) Кабинет  
№ 2 понедельник 12:50-14:35 вторник 11:05-14:35 пятница 11:05-  
14:35 Адорущенко Наталия Гертрудовна

4. Кулинарный клуб (5-6 классы) Кабинет № 102 суббота  
10:00 Клименко Ольга Валерьевна

5. Студия «Мир творчества» (6,7 класс) Кабинет № 102  
пятница 10:30-12:00 Ульянова Анна Ивановна

6. Студия танца «Le soleil» (4,5 класс) актовый зал среда,  
четверг 18:00-19:30, суббота 12:00-13:30 Михеева Евгения  
Викторовна

7. Академия современного эстрадного искусства «Мастер класс» понедельник 10:45-17:00, суббота 10:00-16:45 Ранда Светлана Михайловна

8. Кружок «DJ MASTER» (8-11 класс) Кабинет № 201 пятница 14:55-15:40 Фатеев Антон Владимирович

9. Фотокружок 8-11 класс Кабинет № 201 вторник: 14:55-15:40 Фатеев Антон Владимирович

#### *ОБЩЕИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ*

1. Пресс-центр «Эхо» (10-11 класс) Газета «Эхо» Журнал «Веснушка» Радио «Эхо-FM» Телевидение «Я-TV» понедельник 8:00-17:00, вторник, среда, четверг, пятница 08:00-16:00 Демидова Галина Георгиевна Кабинет № 201

2. Видеостудия (6-8 класс) Кабинет № 201 понедельник 13:50- 15:40 Михеев Антон Витальевич

Кружок «Увлекательная археология» (10 класс) Кабинет № 108 суббота 12:30 Бобин Дмитрий Николаевич

3. Столярное дело (6,7 класс) Кабинет № 107 суббота 11:45 Бобин Дмитрий Николаевич

4. Научно-историческое общество «Территория» (8-11 классы) Учителя истории и обществознания 7 Робототехника (5-9 класс) Кабинет № 201 пятница 12:00-13:50 Бублик Анна Николаевна

#### *СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ*

1. Бадминтон (1,2,3 класс) Большой спортивный зал вторник, четверг 19:30-21:00, воскресенье 14:00-17:00 Колосова Галина Ивановна

2. Фехтование Большой спортивный зал понедельник, 18:30-20:30, среда, пятница: 19:30-21:00 Тазеев Сергей Михайлович

3. Баскетбол (5-8 класс) Большой спортивный зал среда 17:30- 19:30 Соркулова Валентина Семеновна

4. САВАТ - французский бокс (2-7 класс) Большой и малый спортивный зал вторник, четверг 18:00-19:30, суббота 18:00- 19:30 Антонов Артур Юрьевич

5. Таэквондо (1-5 классы) Малый спортивный зал понедельник 18:00-20:00, среда 18:00-20:00, пятница 18:00-20:00 Игонин Михаил Юрьевич

6. Стрельба (тир) (6,7 классы) понедельник 12:00-13:30, среда 12:55-13:40, пятница 12:55-13:40 Кузьмин Николай Сергеевич

## Трезвый десант

Ежегодно, уже на протяжении 3-х лет совместно с АНО ИМЦ «Трезвый город» проводится для 8-х классов массовая акция по утверждению здорового, трезвого образа жизни в молодежной среде «Трезвый десант».

*В рамках акции:*

1) 2 лекции - «уроки трезвости», посвященные проблеме употребления алкогольных и табачных изделий.

2) Представление «Трезвость – выбор молодых!» со спортивными и музыкальными номерами, с награждением победителей и участников призами с символикой трезвого образа жизни (футболки, магниты).

*В рамках акции учащимся вручаются информационные материалы:*

1) Буклеты «Трезвость – выбор молодых!»

2) Стикеры с символикой за ЗОЖ

3) Футболки с ЗОЖ-символикой в качестве призов

4) Магниты с ЗОЖ-символикой в качестве призов

Акция проводится на хорошем уровне, вызвала интерес и отклик у учащихся.

ИМЦ «Трезвый город» намерены продолжить сотрудничество с гимназией по утверждению трезвого образа жизни в молодежной среде.



### **Родитель и подросток или когда не знаешь как себя вести.....**

Подростковый возраст – это время проверки всех членов семьи на социальную, личностную и семейную зрелость. Он протекает бурно, с внешними и внутренними кризисами и конфликтами. Часто всю семью начинает лихорадить, обостряются скрытые проблемы и противоречия. Подросток может быть грубым, резким, остро критиковать позицию родителей и других взрослых. Самая очевидная сложность – противоречие между стремлением подростка к самостоятельности и желанием родителей видеть его послушным и зависимым. Причиной такого поведения является беспокойство взрослых, что ребенок еще не готов воспользоваться этой свободой.

Перед подростками открывается вся сложность окружающего мира, социальной жизни, в которой очень нелегко разобраться. Им нужен друг, а не просто моралист, нужен человек, который может понять все переживания юной души и не осудить, а помочь разобраться в сложной жизненной ситуации. А эти ситуации, бывают куда более сложными, чем у взрослых, поскольку здесь все **впервые**: и первая любовь, и первые взрослые увлечения, и первые взрослые проблемы. В этом возрасте человек как бы объединяет весь свой детский эмоциональный опыт общения с другими людьми и пытается понять, кто он такой, зачем он живет, чего ему ждать от жизни и других людей. И если раньше контакт с ребенком был, то подростковый возраст часто выявляет неготовность родителей принять ребенка всерьез, как человека, имеющего свои взгляды и мнения, или неготовность родителей решать определенные жизненные проблемы и обсуждать их со своими повзрослевшими детьми.

Как относятся подростки к таким родителям? Довольно однозначно: «Что бы я ни сделал, мать на меня кричит», «Да что я буду им рассказывать, они все равно не поймут, мораль будут мне читать». Убеждение, что от взрослых ничего хорошего не дождешься, гонит ребят из дому, на улицу. Туда, где «свои»,

такие же непонятые, туда, где «все можно», где меня поймут. Одни подростки сбегают из дома, другие активно мстят родителям за несправедливые, с их точки зрения, обвинения и непонимание. Ясно, что запреты и наказания не лучший метод воспитания. У подростка они вызывают лишь ожесточение, злость, желание отомстить за унижение. «Ты плохая мать» - что может быть хуже такой фразы 16-летнего подростка? Горько и тяжело слышать это.

Во всех подобных случаях, несомненно, одно – между детьми и родителями нарушен контакт, а может быть, его некогда и не было. «Он жестокий, не понимает, что обижает меня своими словами, он никогда не извинится». «Я же его понимаю, а он меня – нет». А почему, собственно, родители ждут, чтобы дети их поняли, посочувствовали, пожалели, первые извинились за свое поведение, а сами этого не делают? Хочется сказать таким родителям: *«Это заблуждение»*. Иначе вы бы поняли, как трудно бывает сделать первый шаг к примирению. И сделать этот шаг должен взрослый, показывая, как нужно себя вести в ситуации ссоры. Например, так: «Прости, я, наверное, тебя не понял, я погорячился, наговорил лишнего, но сейчас я успокоился и очень хочу тебя понять. Давай поговорим спокойно, как взрослые люди». Такое обращение если и не вызовет доверия, то по крайней мере разрядит обстановку. Именно постоянное желание понять, почувствовать ребенка, встать на его точку зрения, пусть неправильную, посмотреть на себя его глазами и терпеливо вести разговоры изо дня в день, не срываясь на крик и оскорбления, - в этом залог восстановления утраченного контакта.

Часто родители сталкиваются с еще одной проблемой – можно ли доверять ребенку или нельзя, пытаются добиться от него обещаний, что «этого больше не повторится», при этом наталкиваются на ложь или ожесточение. Оскорбить недоверием проще простого. Многие родители видят только два пути выхода из этой ситуации: «Что же, махнуть рукой и пусть делает, что хочет?» или «Раз он мне не говорит, я буду за ним следить, ходить в школу, расспрашивать у знакомых, у учителей, подслушивать по телефону». Первый путь легче – отмахнуться, отказаться. Второй путь – это постоянное напряжение, «борьба»

за ребенка, который все более ожесточается, узнав, что за ним следят, оскорбляется и не прощает недоверия. Возможен ли третий путь? Возможен. Часто он бывает более трудным, чем первые два, и требует от родителя работы в первую очередь над собой, а не над ребенком, зато результаты получаются более обнадеживающие. Это путь восстановления доверия, психологического контакта. Только будучи внимательными к чувствам, переживаниям, мы можем рассчитывать на то, что они будут так же внимательны и отзывчивы к нашим проблемам и проблемам других. В подростке важно видеть сформировавшуюся личность, уважать его позицию. Необходимо готовить ребенка к самостоятельной жизни, развивать умение делать выбор и принимать решение. Он уже не воспринимает команды и приказы - **научитесь договариваться**. Подростка не воспитывают, с ним дружат. Компромиссы и уступки не признаки слабости взрослого, а пример того, как надо строить отношения с другими людьми. Посмотрите на себя их глазами и ответьте на ряд вопросов:

1. Какой меня видит мой ребенок?
2. Считает ли он, что я его понимаю?
3. Есть ли у него основания считать меня справедливым человеком, добрым, отзывчивым?
4. Хотел бы я, чтобы он так говорил со мной, как я с ним?
5. Если я, когда мы ссоримся, чувствую обиду, злость, то что он чувствует ко мне?
6. Хотел бы я, чтобы меня воспитывали так, как я его?

#### **Что можно сделать?**

1. Создавать дома «развивающую среду», много общаться с ребенком, поддерживать его начинания.
2. Помнить, что многие проблемы подростков связаны, прежде всего, с недостатком любви и вызванной этим тревогой, которая блокирует природную любознательность ребенка, как говорят психологи, «аффект тормозит интеллект». Когда ребенок почувствует себя любимым и защищенным, его развитие ускорится.
3. Не сравнивать с другими детьми. Любое сравнение подкрепляет неуверенность ребенка в своих силах и боязнь

потерпеть неудачу. Каждый ребенок уникален, кроме недостатков есть еще и особенности. Сравнивайте его только с ним самим, вчерашним: раньше не умел, а теперь получилось!

4. Терпеливо ждать. Получить все и сразу невозможно. Ни одному садовнику не придет в голову разворачивать бутон, чтоб цветок быстрее раскрылся и стал красивым! Все, что в принципе возможно – в свое время будет, при условии хороших взаимоотношений и вашей разумной помощи и поддержки. А что невозможно – того все равно не добьетесь, только измучаете себя и ребенка.

5. Разумно определять нагрузки. Они должны быть посильны и для нервной системы, и для интеллектуального потенциала ребенка.

6. Всегда искать позитив. Никому не хочется делать то, что не получается. Успех – лучший мотив в обучении.

7. Хвалить за усилия, а не за результат. В любом деле важны последовательные усилия и преодоление трудностей.

8. Избегать прямых запретов, ведь в ответ можно получить совсем нежелательный эффект в виде протеста, просто поделитесь с ребенком своими опасениями. При этом для собственного спокойствия запаситесь телефонами его друзей, их родителей.

9. Верить в ребенка. Вера родителей в своего ребенка – это источник его жизненных сил и две трети будущего успеха!



Современное образование требует внедрения новых продуктивных технологий, которые бы использовали принцип «обучение в деле». Ярким примером успешного применения этого принципа является деятельность школьного пресс-центра «Эхо», который дает широкие возможности творческой самореализации, позволяет в комплексе решить целый ряд важных задач. Общая работа редакционного коллектива объединяет детей независимо от того, в каком классе они учатся, чем занимаются в свободное время. Школьники получают возможность реализовать свои способности в самых разнообразных видах деятельности. Школьная газета предоставляет возможность первой публикации начинающим поэтам и писателям, радио и телевидение позволяет попробовать себя в роли ведущего, монтера эфиров. Вокруг пресс-центра создается широкий круг толерантного неформального общения, в которое, кроме школьников, включаются учителя, родители, студенты.



## Встречи важные, вопросы насущные



В школах и детских садах нашего города продолжают проходить медиазанятия в рамках медиаобразовательного проекта «Взгляд».

### В гимназии № 16 «Французская»

Ленинского района с учащимися с 6-го по 11 класс регулярно проводит медиауроки **Божко Ольга Павловна**, педагог-психолог школы. На занятиях обсуждаются разные темы, и все они связаны с вопросами культуры общения и воспитанием лучших человеческих качеств.

На медиауроке по теме «Конфликтовать или не конфликтовать» ребята 6-го класса обсуждали причины возникновения конфликтов, учились анализировать конфликтные ситуации. В этом им помог просмотр фильма «Конфликтная ситуация». Ребята вместе с педагогом обсуждали вопросы: О чем фильм? Можно ли назвать эту ситуацию конфликтной? Почему возникла данная ситуация? Каковы интересы участников ситуации? В чем обида каждой из сторон? Можно ли в общении избежать столкновения?

Ребята познакомились с таким серьезным понятием, как конфликтоген, оказывается, это слова, действия (или бездействия), порождающие или способные привести к конфликту. Затем рассмотрели стадии развития конфликта и обсудили возможности улаживания конфликта на каждой его стадии. А по окончании занятия выработали Кодекс поведения в конфликте и попробовали вместе со своим соседом, одной ручкой, нарисовать на листе бумаги домик.

Медиазанятие по теме «Не сотвори себе проблему» проходило с учащимися 11-го класса, и речь шла тоже о конфликте, так как эта проблема, к сожалению, существует. Здесь педагог поставил перед собой задачу способствовать формированию у ребят умений эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

Занятие строилось на просмотре фильма замечательного мастера мультипликации Гарри Бардина «Конфликт», в котором очень тонко, без слов, показаны все стороны конфликта. Обсуждались следующие вопросы: О чем фильм? Когда возник конфликт? Какие эмоции испытывают герои? Какой способ решения конфликта выбирают герои? К какому результату они пришли? Можно ли было поступить иначе? Затем рассматривали разные варианты эффективного поведения в конфликте и, наконец, вопрос «как предупредить конфликт?».

У ребят 6-х классов прошло медиазанятие по теме «Время. Что оно для меня значит?». Педагог поставил задачу вместе с ребятами определить понятие «время», расставить приоритеты и максимизировать свой потенциал. В качестве медиаматериала был выбран короткометражный фильм «Время Тайса», в котором подросток, задавшись вопросом, что для него значит «время», наблюдал, фиксировал и анализировал свои действия. И в результате, пришел к выводу...

Чтобы узнать к какому выводу пришел герой фильма, нужно посмотреть фильм. А вот ребята, отвечая на вопрос, что для них «время», пришли к выводу, что каждый человек вкладывает свой смысл в понятие «время». Время – это лишь понятие, причем у каждого оно свое. И только от каждого из нас зависит, каким оно будет. Будет ли оно стремительным или остановится, полезным или бесцельным. Время – это то, что ТЫ из него сделаешь!

Вот такие интересные и очень полезные занятия проходят у ребят гимназии № 16 «Французская», и они с нетерпением ждут их, потому что снова будут обсуждать вопросы важные и насущные!



**Справка**

о проведении медиауроков «Не сотвори себе проблему» в рамках недели методического объединения специалистов социально-психолого-педагогического центра гимназии

|                                         |                                                                    |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| <b>Дата проведения:</b>                 | 12.10.2017г. и 13.10.2017г.                                        |
| <b>Цель:</b>                            | формирование умений эффективного поведения в конфликтных ситуациях |
| <b>Категория участников:</b>            | учащиеся 8-х классов МБОУ «Гимназия №16 «Французская»              |
| <b>Количество участников</b>            | 97 человек                                                         |
| <b>Ответственный (е) за проведение:</b> |                                                                    |
| <b>Место проведения:</b>                | МБОУ «Гимназия №16 «Французская», Ленинский район                  |

В МБОУ Гимназия №16 «Французская» с учащимися 8-х классов проводились медиауроки, посвящённые теме «Не сотвори себе проблему». Медиаматериал, представленный для просмотра и обсуждения – мультфильм



«Конфликт», Союзмультфильм, 1983. Просмотр фильма вызвал у ребят интерес к обсуждению заявленной темы. Он дал настрой на разговор о конфликте, его причинах, о поступках и действиях, которые мы совершаем, на размышление о том, что можно изменить в себе, чтобы суметь не допустить агрессивных столкновений, преодолеть трудности и препятствия. Ребята высказывали свое мнение, порой не совпадающее с другими, стараясь его аргументировать и защищать, и, в то же время, внимательно слушали мнения других, уважая собеседников. Такой формат взаимодействия дает возможность участникам получить опыт позитивного общения, способствует формированию навыков эффективного поведения, закладывает основу выбора и умения принимать решение.

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Специальная коррекционная школа № 60»  
г. Новосибирска**

**Автор:  
Негуляева О. В,  
социальный педагог  
МКОУ С(К)Ш № 60, ВВК**

**«Семейный клуб, как форма работы по профилактике  
суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения  
обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями),  
в условиях образовательной организации»**

**Актуальность**

Согласно Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы в последнее десятилетие обеспечение благополучного и защищенного детства стало одним из основных национальных приоритетов России. Реализация основополагающего права каждого ребенка жить и воспитываться в семье. Создание условий для обеспечения соблюдения прав и законных интересов ребенка в семье, своевременного выявления их нарушений и организации профилактической помощи и обеспечения адресной поддержки семье и ребенку.

С учетом актуальности проблемы, а также необходимости возрождения приоритетности семейного воспитания и повышения психолого-педагогической компетентности родителей в семейном воспитании был сделан выбор взаимодействия семьи и школы в такой форме работы с родителями и детьми, как «Семейный клуб».

Педагогическая неграмотность родителей, низкий уровень ответственности за воспитание, ненадлежащее исполнение родительских обязанностей являются основными причинами появления девиаций в поведении несовершеннолетних.

Обучающиеся МКОУ С(К)Ш № 60 имеют интеллектуальные отклонения, в связи с чем усложняется работа по профилактике девиантного поведения. Данная категория обучающихся, не

способна в полной мере воспринимать и воспроизводить полученные знания и информацию. Требуется использование определённых подходов, форм и методов работы по профилактике суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения, доступных и реальных для детей с интеллектуальной недостаточностью.

В связи с этим, такая нетрадиционная форма работы как детско-родительский клуб является успешной в организации профилактики девиантного поведения (суицидального, аддиктивного и делинквентного), посредством укрепления воспитательного потенциала семьи, оптимизации и коррекции детско-родительских отношений, создания ситуации успеха для личностного развития ребёнка с ОВЗ.

**Цель:** профилактика суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями), посредством оптимизации и коррекции детско-родительских отношений, через расширение содержания мероприятий и формы совместной деятельности в условиях семейного клуба.

**Задачи:**

1. Способствовать повышению уровня родительской компетенции и психолого-педагогической культуры, для успешного сотрудничества и взаимодействия в системе "Родитель-ребёнок"
2. Создание механизма профилактической работы по предупреждению девиантного поведения (суицидального, аддиктивного, делинквентного).
3. Созданий условий для позитивного мышления и отношения к жизни.
4. Формирование у участников программы потребности в здоровом образе жизни и ответственном отношении к своему здоровью.
5. Воспитание правовой культуры, формирование законопослушного поведения, как обучающихся, так и их родителей.

**Срок реализации программы - 3 года.**

**Ожидаемые результаты:**

- увеличение уровня родительской компетенции и психолого-педагогической культуры;
- гармонизация и укрепление детско-родительских отношений;
- позитивное мышление и отношение к жизни;
- наличие сформированной потребности в здоровом образе жизни и ответственном отношении к своему здоровью;
- повышение уровня правовой культуры и законопослушного поведения, как обучающихся, так и их родителей;
- отсутствие или снижение случаев суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения.

### **Методы отслеживания эффективности Программы:**

Предлагается два способа отслеживания эффективности:

1 способ: *Отслеживание эффективности программы в целом.*

Критерии:

- снижение количества обучающихся состоящих на внутришкольном учёте и учёте в ПДН;
- отсутствие случаев суицидального поведения;
- увеличение количества обучающихся, негативно относящихся к наркомании, алкоголизму, табакокурению;
- результаты проведения мониторинга здоровья обучающихся;
- активность и заинтересованность школьников в участии в мероприятиях, связанных с тематикой здоровья;
- отсутствие случаев правонарушений и преступлений обучающимися школы;
- отсутствие рассмотрения обучающихся на КДНиЗП по вопросам профилактики суицидального, аддиктивного, делинквентного поведения.

2 способ: *Отслеживание эффективности каждого проводимого мероприятия Программы.*

После проведения мероприятия проводится анкетирование, опросы участников (детей, родителей) с целью отслеживания эффективности мероприятия, динамики осознания проблемы и

отношения к ней, уровня и степени значимости мероприятия для родителей и обучающихся.

### **Содержание Программы**

В результате психодиагностических исследований, выявлено, что у обучающихся склонных к неоптимальному поведению, есть трудности во взаимопонимании с родителями, снижена роль значимости семьи. Для исследования были подобраны следующие методики:

1. Методика Рене Жиля;
2. Методика «Лесенка для детей» (Ткачёва В.В.);
3. Тест-опросник родительского отношения
4. (Варга А.Я., Столин В.В.).

В связи с чем, необходима была такая форма работы по оптимизации и коррекции детско-родительских отношений, благодаря которой повысится результативность и эффективность профилактических мероприятий. Исходя из этого, была создана программа по профилактике девиантного поведения: "Семейный клуб, как форма работы по профилактике суицидального, аддиктивного, делинквентного поведения обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями), в условиях образовательной организации".

Главным направлением работы клуба при реализации данной программы является организация совместной деятельности родителей и их детей, в неформальной обстановке. Такая форма активного взаимодействия способствует сплочению, доверию, всестороннему развитию ребёнка с ОВЗ и позитивной реализации родителей, воспитывающих ребёнка с умственной отсталостью. У родителей появляется возможность видеть успехи своих детей, что создаёт основу для улучшения семейных отношений.

В социально-педагогической деятельности "Семейного клуба" выделяются следующие шаги помощи и поддержки семьи: Развитие границы сотрудничества. Помимо формального взаимодействия (лекции, собрания, беседы) развивать неформальные способы взаимодействия с семьёй, семей между собой (встречи для обсуждения каких-либо вопросов).

1. Развитие уверенности родителей в успехе. Позитивная поддержка, возможность укрепить уверенность в успехе данной работы, благодаря взаимодействию с детьми.

2. Использование новых средств, методов и подходов к решению проблем семьи.

3. Привлечение семьи для участия в организации и проведении разнообразных форм деятельности.

4. Организация поддержки семьи специалистами образовательного учреждения и другими семьями.

5. Предупреждение эмоционального выгорания родителей воспитывающих ребёнка с ОВЗ.

При планировании мероприятий "Семейного клуба", учитываются возрастные, индивидуальные, социальные и психофизиологические особенности участников. Помощь и поддержка оказывается с учётом социально-педагогической дифференциации семей по их дееспособности и характеру проблем. Опора на собственную активность родителей, предоставление им возможности участвовать в решении своих проблем наряду со специалистами. Обеспечение для детей с ОВЗ безопасного и комфортного семейного окружения и доступной среды для осуществления профилактической деятельности.

Заседания клуба проводятся раз в месяц в течение учебного года и носят регулярный характер. По каждому направлению профилактики (суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения) проходит по три встречи. Заседания клуба проводятся на базе одного класса, семьи не делятся на категории, все находятся в равных условиях. Происходит обмен опытом семейного воспитания в семьях разного статуса.

#### ***Основные формы работы семейного клуба:***

- круглые столы,
- дискуссии, беседы, лекции,
- праздники,
- мастер-классы,
- творческие мастерские,
- кулинарные-шоу,
- акции,
- конкурсы,

- фестивали,
- музыкально-танцевальные этюды,
- игры и упражнения;
- игры-практикумы,
- моделирование проблемных ситуаций;
- презентация информационных буклетов;
- подвижные игры, дидактические игры,
- художественно-творческая деятельность,
- элементы арттерапии, сказкотерапии,
- элементы тренинга,
- просмотр и обсуждение тематических фильмов,
- посещение культурно-развлекательных центров,
- выезды на природу (походы, пикники, прогулки).

**Тематика встреч "Семейного клуба"**

| №<br>п/п                     | Профилактика<br>суицидального<br>поведения | Профилактика<br>аддиктивного<br>поведения        | Профилактика<br>делинквентного<br>поведения       |
|------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|                              | сентябрь,<br>декабрь, март                 | октябрь, январь,<br>апрель                       | ноябрь, февраль,<br>май                           |
| <b>2016-2017 учебный год</b> |                                            |                                                  |                                                   |
| 1                            | <i>Жить здорово!</i>                       | <i>Здоровая нация</i>                            | <i>Семья основа<br/>правопорядка</i>              |
| 2                            | <i>Роль семьи в<br/>жизни человека</i>     | <i>Папа, мама, я -<br/>спортивная<br/>семья!</i> | <i>Золотое правило<br/>нравственности</i>         |
| 3                            | <i>Мир ярких<br/>красок!</i>               | <i>Умей сказать<br/>НЕТ!</i>                     | <i>Гражданская<br/>позиция</i>                    |
| <b>2017-2018 учебный год</b> |                                            |                                                  |                                                   |
| 4                            | <i>Мы вместе!</i>                          | <i>Путешествие в<br/>Здороволюбю</i>             | <i>Нравственные<br/>основы жизни<br/>человека</i> |
| 5                            | <i>Счастливая и<br/>дружная семья</i>      | <i>Физкульт -УРА!</i>                            | <i>Простые<br/>истины</i>                         |
| 6                            | <i>Жизнь<br/>прекрасна!</i>                | <i>Полезные<br/>привычки</i>                     | <i>Семейные<br/>традиции и<br/>обычаи</i>         |

| <b>2018-2019 учебный год</b> |                                    |                                                 |                                  |
|------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------|
| 7                            | <i>О смысле жизни</i>              | <i>Волшебная страна<br/>ЗДОРОВЬЕ</i>            | <i>Закон и<br/>порядок</i>       |
| 8                            | <i>Мой дом - моя<br/>крепость!</i> | <i>Спорт, ты жизнь!</i>                         | <i>Нравственные<br/>ценности</i> |
| 9                            | <i>Мой выбор</i>                   | <i>Главная ценность<br/>человека -здоровье!</i> | <i>Права и<br/>обязанности</i>   |

### **Итоги апробации**

Программа реализуется с 2016-2017 учебного года. Было проведено 12 заседаний "Семейного клуба".

В настоящее время программа находится в реализации. Проведена промежуточная диагностика по итогам реализации программы, по которой можно сделать следующие выводы (см. приложение).

Наблюдается положительная динамика в снижении числа обучающихся состоящих на всех видах учета: на 4% снизилось количество обучающихся, состоящих на внутришкольном учете; уменьшилось количество обучающихся состоящих на учете в отделе по делам несовершеннолетних с 3% в 2016-2017 учебном году до 1% в 2017-2018 учебном году. Снижился показатель количества обучающихся рассмотренных на заседаниях комиссии по делам несовершеннолетних, за 2016-2017 учебный год рассмотрен 1 обучающийся, за 2017-2018 учебный год обучающиеся школы не рассматривались на заседаниях комиссии по делам несовершеннолетних. Нет случаев рассмотрения обучающихся на КДН и ЗП за распитие алкогольных напитков, употребление наркотических средств.

Не зафиксировано ни одного случая суицидального поведения и совершения преступлений обучающимися школы за 2016-2017 учебный год и по настоящее время.

По результатам вторичной диагностики детско-родительских отношений показатели по всем шкалам изменились. Нам не удалось добиться значительных изменений в показателях шкал, но даже незначительные сдвиги по некоторым шкалам в положительную сторону свидетельствуют нам о том, что данная форма работы гармонизирует детско-родительские отношения.

Таким образом, можно сделать вывод, что данная программа по профилактике результативна.

### **Перспективы развития**

Трансляция опыта работы на заседании методического объединения социальных педагогов Центрального округа города Новосибирска.

Участие с представлением программы в окружном консалтинговом центре МКОУ С(К)Ш № 60.

Предоставление материалов программы для специалистов специальных (коррекционных школ) Новосибирской области и города Новосибирска.

### **Список используемой литературы**

1. Акатов Л.И. Психологические основы социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями жизнедеятельности/Л. И. Акатов.-М.: Просвещение, 2002.-276 с.

2. Акатов Л.И. Социальная реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья.-М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.-368 с.

3. Боровая Л.П. Социально-психологическая помощь семьям, имеющих тяжелобольных детей//Социально-педагогическая работа/Боровая Л.П.-2003. №6–С. 59-63.

4. Климова Ю.А. Социальная работа с семьями детей с ограниченными возможностями//Мир психологии.-2001.-№ 2. С.243-253

5. Мастюкова Е.М. Московкина А.Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.

6. Никулина В.Д. Рекомендации по психокоррекционной работе с семьями, воспитывающими проблемного ребенка//Воспитание и обучение детей с нарушениями развития, 2002, №4.

7. Олиференко Л.Я. Социально-педагогическая поддержка детей группы риска/Л.Я. Олиференко, Т. И.Шульга, И. Ф. Дементьева.-М: ВЛАДОС, 2002. – 345с.

8. Разина Н.Р. Опыт исследования структуры и динамики родительских отношений//Вопросы психологии.-2000.-№5.

9. Рождественская Н.А., Разумова А.В. Негармоничные стили семейного воспитания и восприятие родителями своих детей//Вестник Московского Университета. Психология. 2002.- 2

10. Рыженко И.В., Карданова М.С. Особенности реагирования родителей на присутствие в семье ребенка-инвалида. Вероятностные пути психологической помощи//Мир психологии.-2003.-№ 3.-С.242-246.

11. Савина Е.А., Чарова О.Б. Особенности материнских установок по отношению к детям с нарушениями в развитии.// Вопросы психологии.-2002.-№6

12. Семья как развивающая среда для ребенка с ограниченными возможностями здоровья//Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. Любезнова Е. В.-2006. - № 1.-С. 55-58.

13. Синягина Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001

14. Технологии социальной работы с семьей, имеющей ребенка с ограниченными возможностями: Цыганова Е.С., Букарев М.А., 2007г.

15. Ткачёва В.В. Гармонизация внутрисемейных отношений: мама, папа, я - дружная семья. Практикум по формированию адекватных внутрисемейных отношений.-М.: Изд-во «ГНОМ и Д», 2000.

16. Ткачёва В.В. Консультирование семьи, воспитывающей ребёнка с отклонениями в развитии/журнал Обучение и воспитание детей с нарушениями в развитии.-2004.-2.

17. Ткачёва В.В. Психокоррекционная работа с матерями, воспитывающими детей с отклонениями в развитии.-М.: «ГНОМ и Д», 2000. - 64 с.

## Аннотация к практике

|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Срок реализации Программы</b>                    | <b>3 года</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Участники Программы                                 | обучающиеся и их родители                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Направления реализации Программы                    | профилактика суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения (ежемесячные заседания клуба в течение учебного года, по три встречи по каждому направлению)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Методы отслеживания эффективности Программы         | отслеживание эффективности всей программы в целом (результативность профилактической работы, отсутствие или снижение фактов суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения) и каждого проводимого мероприятия (анкетирование и опрос участников)                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Методики исследования детско-родительских отношений | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика Рене Жиля;</li> <li>2. Методика «Лесенка для детей» (В.В. Ткачёва);</li> <li>3. Тест-опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин)</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Формы работы семейного клуба                        | круглые столы, дискуссии, беседы, лекции, праздники, мастер-классы, кулинарные-шоу, творческие мастерские, акции, конкурсы, фестивали, музыкально-танцевальные этюды, игры и упражнения; игры-практикумы, моделирование проблемных ситуаций; презентация информационных буклетов; подвижные игры, дидактические игры, художественно-творческая деятельность, элементы арттерапии, сказкотерапии, элементы тренинга, просмотр и обсуждение тематических фильмов, посещение культурно-развлекательных центров, выезды на природу (походы, пикники, прогулки). |

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ожидаемые результаты | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Увеличение уровня родительской компетенции и психолого-педагогической культуры.</li> <li>2. Гармонизация и укрепление детско-родительских отношений.</li> <li>3. Позитивное мышление и отношение к жизни.</li> <li>4. Наличие сформированной потребности в здоровом образе жизни и ответственном отношении к своему здоровью.</li> <li>5. Повышение уровня правовой культуры и законопослушного поведения, как обучающихся, так и их родителей;</li> <li>6. Отсутствие или снижение случаев суицидального, аддиктивного и делинквентного поведения.</li> </ol> |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Муниципальное автономное образовательное учреждение  
города Новосибирска «Лицей №176  
(МАОУ «Лицей №176»)**

**Автор:  
Петрухин В.В.  
педагог-психолог  
высшей категории**

**Программа психологических занятий  
«ПОЗИТИВ»**

**Аннотация**

Программа психологических занятий для подростка и семьи в трудной жизненной ситуации «ПОЗИТИВ» ориентирована на процесс коррективки поведенческих отклонений подростка и восстановления детско-родительских отношений.

Логика занятий построена таким образом, чтобы прояснить установки и мотивы родителя и подростка, сформировать образ положительного разрешения кризисной ситуации.

Программа «ПОЗИТИВ» ориентирована на подростков и молодых людей 12-18 лет, которые испытывают устойчивые кризисные состояния, вызванные нарушением межличностных отношений, депрессией, высокой ситуативной тревожностью, суицидальными (и другими навязчивыми) мыслями.

**ВАЖНО!** Учитывая высокую степень возможного психологического сопротивления и сниженной мотивации кризисной семьи, занятия могут быть ориентированы только на формулировку и принятие (осознание) личностных затруднений подростком и родителем, на моделирование шагов по выходу из кризисной ситуации.

Реализация программы сопровождения может осуществляться специалистами социальных служб, социальными педагогами, педагогами-психологами, имеющими положительный опыт интенсивного индивидуального консультирования проблемных подростков, навыки работы с проективными техниками, а также опыт семейного консультирования.

Программа предназначена для подростков с сохранным

интеллектуальным развитием, противопоказана лицам, имеющим подтвержденный психиатрический диагноз.

### **Пояснительная записка**

Программа психологических занятий для подростка и семьи в трудной жизненной ситуации **«ПОЗИТИВ»** ориентирована на процесс корректировки поведенческих отклонений подростка и восстановления детско-родительских отношений.

Логика занятий построена таким образом, чтобы прояснить установки и мотивы родителя и подростка, сформировать образ положительного разрешения кризисной ситуации.

Программа **«ПОЗИТИВ»** ориентирована на подростков и молодых людей 12-18 лет, которые испытывают устойчивые кризисные состояния, вызванные нарушением межличностных отношений, депрессией, высокой ситуативной тревожностью, суицидальными (и другими навязчивыми) мыслями.

**Цель:** Оказание интенсивной психолого-педагогической поддержки подростку и семье в кризисный период.

### **Задачи:**

1. Способствовать углублению процессов самораскрытия подростка (и родителя).
2. Снизить факторы риска: тревожность, угнетенные состояния, навязчивые мысли подростка.
3. Повысить самочувствие – общий эмоциональный фон подростка (и родителя).
4. Обучить подростка навыкам рефлексии, прогнозирования последствий противоправных действий, приемам работы с негативными переживаниями.
5. Восстановить детско-родительские отношения.

**Целевая аудитория:** подростки (12-18 лет) группы риска и их родители.

**Форма работы:** индивидуальная, возможна групповая (семейная, коллективная).

**Режим занятий:** 1 занятие в неделю (интенсивно, в течение 1-2 месяцев, в плановом порядке - контрольные встречи 1 раз в месяц в течение года).

### **Материалы/оборудование:**

- Карандаши, фломастеры;
- Стикеры (цветные);
- Кисти, краски;
- Бумага разного цвета и формата;
- Метафорические карты (сюжетные и абстрактные).
- Подбор видеофильмов (для развития навыков рефлексии, возможности дистанцироваться от проблемы или увидеть её в метафорической форме) и музыкального сопровождения (для обучения навыкам релаксации, использование элементов символ-драмы...).

### **Программа занятий состоит из 4-х блоков**

#### **Блок №1**

#### **Интенсивная психологическая поддержка.**

Предполагает от 5-х до 7-ти занятий, в режиме 1 раз в неделю в течение 1-2-х месяцев с подростком и его семьей (значимым близким), *цель* которых снятие напряжения в детско-родительских отношениях, ослабление аутоагрессии подростка, признаков депрессии (самоизоляции, самообвинений, тревожности), развитие позитивных эмоционально-волевых и ценностных установок.

В случае достижения состояния эмоциональной устойчивости подростка и нормализации детско-родительских отношений (по согласованию с родителем и подростком) предусмотрен переход к психологической поддержке в режиме консультаций 1 раз в месяц, общей длительностью до 1 года. Цель сопровождения семьи в посткризисном периоде – это, в первую очередь, создание доверительных отношений психолога с подростком и родителем, достижение согласованности воспитательных стратегий, минимизация риска рецидива. В основе сопровождения этого периода коррективная эмоциональная сфера, поведенческих стратегий подростка и семьи методами моделирования образа будущего, проективных методик (прием метафорических карт), песочной и музыкальной терапии, приемов экспресс-интервью.

## **Блок №2**

### **Диагностический мониторинг**

**Цель:** выявить личностные особенности подростка и родителя, оценить в динамике уровень тревожности, навязчивых состояний, рискованных и других особенностей поведения подростка и родителя.

Диагностический мониторинг представляет собой опосредовано-контролируемое отслеживание динамики развития (реабилитации) подростка на основе краткосрочной подпрограммы (ИОМ)<sup>1</sup>.

**Комплекс диагностических методик:** экспресс-интервью (бланк «Схема беседы с (суицидальным) трудным подростком»); тест самооценки личности (Дембо-Рубинштейн), теппинг-тест Е. Ильина (на выявление типа темперамента, особенностей высшей нервной системы); цветовой тест Люшера (анализ внутреннего психологического состояния трудновоспитуемых подростков, с целью направленной коррекции их поведения), проективные методики на создание положительного образа будущего: «Нарисуй своё будущее», «Мое окружение», «Пять самых важных событий моей жизни», ценностно-ориентированные методы незаконченных предложений «Продолжи фразу...» (оценка самовосприятия), метод мозгового штурма «Этапы принятия решения» (обучение навыкам планирования, прогноза последствий своих действий).

**Список методик на выявление суицидального поведения (мыслей) подростка:**

- «Карта риска суицида» (в модификации Л.Б. Шнайдер),
- «Выявление суицидального риска у детей» (авторы А.А. Кучер, В.П. Костюкевич),
- «Прогностическая таблица суицида у детей и подростков» (автор, Волкова А.Н.),
- Проективная методика «Ваши суицидальные наклонности» (З. Королева)

---

<sup>1</sup> Вариант программы индивидуального образовательного маршрута (ИОМ) в приложении 1

- «Экспресс-диагностика суицидального риска» ОСР А.Г. Шмелева (модификация Т.Н. Разуваевой).

**ВАЖНО!** Входная и заключительная диагностика проводится по завершению интенсивного курса психокоррекционной работы с подростком и его семьей.

### **Блок №3**

#### **Индивидуальная психологическая помощь родителю (семье) в кризисной ситуации**

(Приложение 1)

**Цель:** повышение психологической компетентности родителей в вопросах воспитания и развитие эффективных навыков коммуникации с детьми в кризисные периоды отношений.

##### **Задачи подпрограммы:**

1. 1. Усилить способность родителей понимать, чувствовать и поддерживать своего ребенка, через установление визуального и физического контакта, наблюдение и совместную деятельность.

2. Изменить (или скорректировать) неэффективные родительские установки и стратегии поведения, препятствующие достижению бесконфликтной, поддерживающей семейной обстановке.

3. Оптимизировать формы родительского взаимодействия с ребенком в процессе его воспитания.

4. Развить способность родителя принимать взвешенные решения, умение договариваться с подростком в спорных ситуациях.

Таким образом, антикризисный план по оказанию помощи родителю (семье) включает следующие этапы консультирования:

*1-й этап. **Формулировка проблемы** (трудности).*

**Цель:** Осознать проблему, необходимость изменения поведения для ее разрешения.

*2-й этап. **Самопереоценка.***

**Цель:** На эмоциональном и рациональном уровне оценить преимущества и недостатки изменения поведения.

*3-й этап. **Принятия решения.***

**Цель:** Осознать выбор и ответственность за принятия решений.

#### **Блок №4**

##### **Моделирующий блок.**

**Цель:** формирование позитивного типа поведения подростка, психолого-педагогическая экспертиза (мониторинг) и оценка степени управления эмоциональным состоянием в стрессовой ситуации, уверенности, рискованных форм поведения.

Программа подразумевает включение подростка в курс опосредованной психологической поддержки в рамках классного коллектива (или ограниченного состава группы) в случае его готовности и согласия.

Одной из задач блока является составление прогноза и психологических рекомендаций для родителя и педагогов, направленных на укрепление социальных навыков подростка, ослабления его депрессивных состояний, удержание положительного образа будущего подростка в семейной ситуации и учебной деятельности. Предполагается опосредованное включение подростка в значимую группу, повышение его группового статуса.

Сопровождение в данном случае, осуществляется в рамках психологических занятий с элементами тренинга, арт- и музыка терапии: «Управление стрессом», «Я в мире людей», «Приемы работы с аутоагрессией».

**ВАЖНО!** Учитывая высокую степень возможного психологического сопротивления и сниженной мотивации кризисной семьи, занятия могут быть ориентированы только на формулировку и принятие (осознание) личностных затруднений подростком и родителем, на моделирование шагов по выходу из кризисной ситуации.

Реализация программы сопровождения осуществляется специалистами социальных служб, социальными педагогами, педагогами-психологами, имеющими положительный опыт интенсивного индивидуального консультирования проблемных подростков, навыки работы с проективными техниками, а также опыт семейного консультирования.

Программа предназначена для подростков с сохранным интеллектуальным развитием, направлена на коррективную их эмоционально-личностных или поведенческих отклонений, противопоказана лицам, имеющим подтвержденный психиатрический диагноз.

**Ожидаемые результаты реализации программы:** улучшение общего эмоционального состояния и психологических установок подростка и родителя, моделирование положительного образа подростка настоящего и будущего, стабилизация самооценки, нормализация межличностных и детско-родительских отношений подростка.

## **Содержание блока №1**

### **Интенсивная психологическая поддержка.**

#### **Занятие №1**

**Цель:** Знакомство, создание атмосферы доверия, развитие способности (и потребности) позиционировать себя, выработка навыков партнерского взаимодействия (в данном случае психолог в роли партнера), актуализация личностных качеств подростка важных в групповом и семейном взаимодействии (социализации).

**Свободная беседа.** Сообщение о целях и задачах программы, согласование режима встреч, времени одного занятия (45-60 минут), сбор ожиданий родителя и подростка от предстоящей психологической помощи...

**Упражнение №1** «Мое имя» (5-7 минут)

| «Мое имя» |    |
|-----------|----|
| 1.        | 6. |
| 2.        | 7. |
| 3.        | 8. |

**Цель:** Знакомство, создание атмосферы доверия, вызов положительных качеств личности через работу с именем, развитие способности (и потребности) позиционировать себя.

**Инструкция:** «Как бы тебе хотелось, чтобы тебя называл (...к тебе обращались...). Теперь тебе нужно к каждой букве своего имени придумать определение: Какой(ая) я? Например,

«Меня зовут Любовь. Это значит Ласковая, с Юмором, Боевая, Общительная, Верная, Ь – мягкая».

**Вопросы для рефлексии:** «Трудно ли было ответить на вопрос?», «Почему?».

**Примечание.** В некоторых случаях можно использовать проективную технику знакомства «Нарисуй своё имя», «Творческий рассказ о своем имени (его происхождении).

**Упражнение №2** «Темп, в котором я живу»

**Цель:** анализ скоростных особенностей, импульсивности, характера деятельности, реакций на высокий/низкий темп, какой темп благоприятных, как принимаешь решения.

**Порядок проведения:** подростку предлагается пройти задание на измерение его темповых характеристик.

**В основе задания эксперимент** «Теппинг-тест» Е.П. Ильин, в котором изучается реакция сопротивления подростка возрастанию темпа работы, достижение предельного порога скорости выполнения задания.

**Беседа по опорным вопросам:**

Что ты чувствуешь (что происходит с твоим состоянием), когда ты вынужден (*тебя заставляют!*) выполнять какую-то работу в высоком темпе?

Какой темп для тебя наиболее комфортный?

Какую деятельность (работу) ты можешь выполнять в высоком темпе?

Какие решения нужно принимать быстро, какие обдуманно, взвешенно?

Можно предложить подростку список ситуаций на оценку склонности к риску из теста «Готовность к риску» Шуберта<sup>2</sup>:

1. Превысили бы Вы установленную скорость, чтобы быстрее оказать необходимую медицинскую помощь тяжелобольному человеку?

2. Согласились бы Вы ради хорошего заработка участвовать в опасной и длительной экспедиции?

---

<sup>2</sup> Источник: <http://psycabi.net/testy/273-metodika-dagnostiki-stepeni-gotovnosti-k-risku-shubert-test-sklonnosti-k-risku-shuberta>

**Упражнение №3.** Тест самооценки личности (Дембо-Рубинштейн)<sup>3</sup>.

После этого представьте, каким должно было бы быть это качество, сторона личности, чтобы вы были удовлетворены собой, чувствовали гордость за себя. Отметьте это на каждой линии знаком (х).

Имя, фамилия \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

|                   |                              |                |                    |                                       |                   |                           |
|-------------------|------------------------------|----------------|--------------------|---------------------------------------|-------------------|---------------------------|
| здоровый<br>_____ | хороший<br>характер<br>_____ | умный<br>_____ | способный<br>_____ | авторитетен<br>у сверстников<br>_____ | красивый<br>_____ | уверенный в себе<br>_____ |
| _____             | _____                        | _____          | _____              | _____                                 | _____             | _____                     |
| больной           | плохой<br>характер           | глупый         | неспособный        | презирается<br>сверстниками           | некрасивый        | не уверенный<br>в себе    |

Для более глубокого понимания особенностей уровня притязаний и самооценки школьников проведение методики может быть дополнено индивидуальной беседой со школьником. При индивидуальном выполнении работы беседа может непосредственно следовать за выполнением задания, при

фронтальном проведении беседа обычно проводится после обработки результатов.

**При проведении беседы необходимо выполнять следующие требования:**

- внимательно слушать школьника;
- выдерживать паузу, не торопить школьника;
- в тех случаях, когда школьник испытывает трудности при ответах на прямые вопросы (Почему ты так оценил свой ум? характер?) переходить на косвенные формы (например, предложить рассказать о его сверстнике с характеристиками, аналогичными тем, которые дал школьник и т. п.);
- задавать достаточно широкие вопросы, вовлекающие школьника в разговор;
- не подсказывать «забытых» слов, выражений;
- задавать конкретные, уточняющие, но не наводящие вопросы;
- держаться свободно, без напряжения;
- регулировать темп, тон и лексический состав собственной речи в соответствии с соответствующими характеристиками речи школьника;
- не давать оценочных суждений как вербальных, так и невербальных;
- эмоционально поддерживая школьника, не высказывать вместе с тем чрезмерной заинтересованности в его ответе;
- общий тон беседы должен быть, как правило, спокойным, доброжелательным и в то же время достаточно деловым; следует исключать непосредственную реакцию на содержание сказанного школьником.

**Упражнение №4.** «Мои сильные и слабые стороны» (7-10 минут).

**Цель:** Оценка адекватности самовосприятия, выявление поведенческих ресурсов (+) для изменения стратегий взаимодействия с окружающими людьми, оценка (само)критичности.

**Инструкция:** «Тебе нужно ответить на вопросы *«Что у меня получается хорошо, чем я горжусь...?»* и *«Что я хотел бы изменить в себе, что мешает мне быть (чувствовать*

**себя) лучше?».** На стикерах зеленого цвета напиши 2-3 своих положительных качеств (достижений), на стикерах красного цвета – 2-3 отрицательных качеств или: («что у меня не получается/получается, но с трудом?»)

| Положительные стороны<br>(что у меня получается<br>хорошо?) | Отрицательные<br>стороны (что у меня не<br>получается, получается, но<br>с трудом?) |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.                                                          | 1.                                                                                  |
| 2.                                                          | 2.                                                                                  |
| 3.                                                          | 3.                                                                                  |

### **Продолжение упражнения:**

**Вариант №1.** Подумай, какие твои положительные качества помогут тебе справиться с негативными (слабыми) качествами? Объедини эти качества.

**Вариант №2.** Предложить из зеленых и красных стикеров выполнить композицию, н-р, склеить фигуру человека или абстрактный образ.

### **Вопросы для обсуждения:**

- Какие чувства вызвало задание?
- Легко ли говорить о своих достоинствах,...недостатках?
- Как часто тебя хвалят? Кто чаще хвалит? Как относишься к похвале?
- В каком случае ты не веришь похвале, в её искренность?
- Какие качества личности (достоинства) ты бы хотел развить ещё сильнее?
- Какие недостатки ты бы хотел уменьшить?

### **Упражнение № 5. Ритуал завершение занятия.**

«Что из сегодняшнего дня ты готов унести с собой...в завтрашний? Что получилось, что нет?»

Сообщение психологического «домашнего задания».

## **Занятие №2**

**Цели:** осмысление своего эмоционального состояния, выработка умения находить в себе главные индивидуальные особенности, способствовать углублению процессов самораскрытия, оценка влияния ближайшего окружения на поведения подростка.

### **Упражнение №1. «Цвет моего настроения» (5-7 минут)**

**Цель:** осмысление своего эмоционального состояния. Методика Лутошкина «Цветопись настроения».

#### **Вариант для индивидуальной работы.**

**Инструкция:** «Определи цвет своего настроения» (предлагается выбор цвета). Желательно повторить упражнение в конце занятия и отрефлексировать, как изменялось настроение к концу занятия, оценить, что способствовало этим изменениям.

**Рефлексивная беседа. Цель беседы** - определить, что влияет на настроение, оценить способность подростка управлять своим эмоциональным состоянием...

#### **Вопросы:**

- Что у тебя связано с этим цветом...?
- Как часто у тебя меняется настроение?
- От чего (кого) это зависит?
- Что помогает быстро прийти в норму, восстановить настроение?
- Какой у тебя на этот счет рецепт?....

### **Упражнение №2. «Визуализация трудностей» (7-10 минут)**

**Цель:** учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные затруднения и находить визуальные образы разрешения этих трудностей и противоречий

**Форма проведения:** индивидуальная (возможно групповая).

**Возраст:** от 10 лет и старше.

Проективная методика (материал): *ассоциативные метафорические карты* (автор Н. Жигамонт, изд. «Речь», 2016г.)

**Ход выполнения.** Подростку предлагается выбрать 2-е метафорические карты, одна из них «неприятная», вызывает

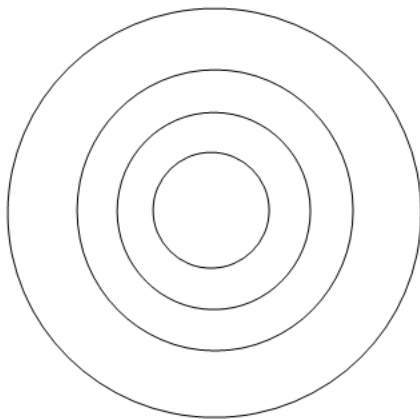
тяжелые чувства, беспокойство, страх, агрессию..., другая, напротив, вызывает положительные чувства – счастье, радость, удовлетворение, ...спокойствие...

Затем подросток, опираясь на «неприятную» карту сформулирует свою главную трудность. Нужно дать возможность подростку выразить в свободной словесной форме (то, как он это видит и понимает) обрисовать этот неприятный образ, соотнести с тем, что его настоящей жизни может вызвать (или имеет) такие негативные эмоции.

После этого ту же самую работу подросток выполняет, опираясь на «позитивную» карту соотносит с тем, что его настоящей жизни может вызвать такие положительные эмоции.

**Рефлексивная часть:** «Как я теперь вижу свою главную(ые) трудность(и), что приносит мне счастье (радость), как я буду преодолевать свои трудности, с чего начну...?».

**Упражнение №3.** «Моё окружение» или «Нужные мне люди» (10-15 минут).



**Цель:** способствовать углублению процессов самораскрытия, определить круг наиболее значимых людей (выявить значимость каждого для достижения цели, н-р, кто из них как влияет, для чего нужен, что дает в профессиональном, личностном плане и т.п.). Это простое упражнение помогает подростку осознать, какие категории

людей важны для них по той или иной причине. Кроме этого появляется возможность оценить, кто ещё может помочь подростку в разрешении его трудностей, оценить способность обращаться за помощью и способность её принимать.

**Возраст участника(ов):** начиная с 11 лет.

**Продолжительность:** примерно 10-15 минут.

**Материалы:** Рабочий листок «Нужные мне люди».

**Инструкция:** «С помощью этого упражнения (вам) тебе дается возможность осознать, в каких людях ты действительно нуждаешься. Каждый из нас имеет дело со многими людьми, которые в разной степени важны для нас. В каких-то людях мы нуждаемся редко, в каких-то - часто, и лишь один человек нужен постоянно:

**ты сам.**

Я подготовил для тебя Рабочий листок, который ты должен заполнить. У тебя есть на это 10 минут... Теперь остановись. К чему ты пришел? Давай рассмотрим, что у тебя получилось?

**ВОПРОСЫ для рефлексии:**

1. Что дает тебе каждый в этом круге? Для чего нужен? Насколько важен тебе этот человек? (комментарий).
2. Как ты справляешься с трудностями, когда рядом нет значимых для тебя людей?
3. Можешь ли ты иногда быть один? (трудно тебе или легко быть одному? почему?)
4. К кому чаще всего ты обращаешься или можешь обратиться за помощью?
5. Почему этот человек в твоём окружении находится ближе, чем этот...?
6. Что сейчас является самым важным для тебя в твоей жизни?

**Примечание.** Упражнение чрезвычайно важно в случае, когда требуется прояснить, кто для подростка является в данный момент значимым авторитетом, кто может оказать помощь, поддержать. Нужно обратить внимание, что особенного в этом человеке, а если такого человека нет, попросить подростка описать, кто мог бы быть человеком, заслуживающим его доверия?

**Упражнение №4.** Ритуал завершение занятия (3-4 мин.)  
«Продолжи фразу».

**Цель:** выявление ведущих мотивов и ценностных ориентаций, самовосприятия на данный момент.

1. Что мне нравится во себе, так это...

2. Я рад(а), что могу...
3. В этом году у меня лучше, чем в прошлом получается...
4. Больше всего в людях я ценю...
5. В ближайшие два месяца я должен(а) сделать одну важную вещь...
6. Я думаю, у меня достаточно мозгов для того, чтобы...
7. Когда я был(а) маленькой, я часто ...

**РЕФЛЕКСИЯ.** Какой опыт был тебя сегодня важен?  
Сообщение психологического «домашнего задания».

### **Занятие №3**

**Цель:** развитие навыка определять и работать со своими негативными чувствами, развитие способности выражать свои мысли и чувства в приемлемой форме, оценка реалистичности желаний и ближайших планов.

**Разминка.** Как ты себя чувствуешь, когда тебе плохо, ...хорошо? Каким цветом можно изобразить твоё настроение?

**Упражнение №1.** «Оценка потребностей и ближайших планов». **Инструкция:** «Назови три вещи, которые ты хотел(а) бы сделать (события, которых ты ждешь с нетерпением):

| <b>«Я хочу...»</b> | <b>«Я не хочу...»</b> |
|--------------------|-----------------------|
| <b>1.</b>          | <b>1.</b>             |
| <b>2.</b>          | <b>2.</b>             |
| <b>3.</b>          | <b>3.</b>             |

**Вопросы для обсуждения:** когда ты этого хочешь добиться (акцент на том, что хочет подросток, какая позиция доминирует: отрицания «НЕ хочу» или «Хочу»)?

**Возможное продолжение** - «Я разрешаю себе...».

**Цель:** преодоление внутренних запретов и комплексов.

**Инструкция:** «А теперь разреши себе то, что хочешь или не хочешь, начав своё высказывание с фразы: **«Я разрешаю себе ...»**(н-р, «Я разрешаю себе иметь много друзей...»)

Что ты сейчас чувствуешь?



**Упражнение №2. Угадай эмоцию.** Оценка навыка определять и классифицировать эмоции, преодолевать угнетенные состояния (тоску, одиночество, тревогу, беспокойство,... разочарование в любви и т.п.).

Подростку предлагается бланк с 12 изображениями детей. На отдельных маленьких листочках напечатаны различные эмоциональные состояния: **грусть, радость, страх, стыд, гнев, скука, интерес, отвращение, обида, удивление, удовольствие.**

**Инструкция:** «Найди нужную эмоцию и наклейте листочек с предлагаемым эмоциональным состоянием ребенка под изображением». Обсуждение результатов.

**Вопросы для рефлексии:**

1. Легко ли определить, какое настроение у человека? Как ты это замечаешь?
2. Что может поднять настроение твоим родителям, другу...?
3. Что бы ты посоветовал людям, у которых часто бывает плохое настроение?

### **Упражнение №3. Поддержка и прогноз.**

**Цель:** оценка умения оказывать поддержку, помощь близкому в трудной ситуации (анализ выбора средств поддержки).

**Что бы ты мог посоветовать своему другу, оказавшемуся в трудной жизненной ситуации?** (примеры ситуаций)

| Пример ситуации           | Другу предстоит экзамен (волнение) | Друг переживает тяжелую болезнь близкого человека | Твои слова другу в день его рождения (поздравление) | Твой друг будет обучаться в новой школе. Что бы ты ему посоветовал? Как себя вести? |
|---------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Реакция (текст) подростка |                                    |                                                   |                                                     |                                                                                     |
| Психологическая трактовка |                                    |                                                   |                                                     |                                                                                     |

**Рефлексия.** Что, по-твоему, значит быть (успешным) счастливым человеком? Ты чувствовал себя когда-нибудь счастливым?

**Расскажи об этом...**

### **Упражнение №4. «Нужные мне вещи» (10 -15 минут).**

**Цели:** выявить (и при необходимости скорректировать) отношение подростка к различным вещам, определить степень влияние «вещей» (предметов) на поведение и отношения подростка: «Подумай и ответь, как наличие этой вещи влияет на твое поведение, самочувствие, отношения с окружающими?».

**Материалы:** Рабочий листок

**«Нужные мне вещи».**

**Инструкция:** «В жизни нам необходимы отношения с другими людьми и в каком-то смысле - с имуществом. В этом упражнении я хотел бы предложить тебе обратить внимание на то, какие вещи ты считаешь, важными и что они для тебя значат. Я подготовил Рабочий листок, который тебе надо заполнить. На это у тебя есть 10 минут».

**Список самых важных вещей**

**Инструкция:** «Ниже ты найдешь список вещей, которые многие люди считают важными, чтобы жить, быть успешными, счастливыми и хорошо себя чувствовать. Подчерни те вещи, которые ты сам считаешь важными, и составь из них последовательность, нумеруя вещи по убывающей важности и занося соответствующее число в скобки»

(...) Своя комната  
(...) Телефон  
(...) Ручка  
(...) Велосипед  
(...) Библия  
(...) Лопата  
(...) Яхта  
(...) CD/MP3-плеер  
(...) Зубная щетка  
(...) Компьютер  
(...) Одежда  
(...) Украшения  
(...) Фотографии  
(...) Нож  
(...) Автомобиль  
(...) Письменный стол  
(...) Самолет  
(...) Топор  
(...) Футбольный мяч

(...) Кровать  
(...) Мотоцикл  
(...) Теннисная ракетка  
(...) Обувь  
(...) Веник  
(...) Календарь  
(...) Мобильный телефон  
(...) Стиральная машина  
(...) Часы  
(...) Пылесос  
(...) Картины  
(...) Музыкальный  
инструмент  
(...) Удочка  
(...) Книги  
(...) Телевизор  
(...) Собственный дом  
(...) Тонометр  
(...) Радиоприемник  
(...) Футбольный мяч

Запиши сюда названия трех самых важных вещей:

1. ....
2. ....
3. ....

**Обсуждение:**

Что дает тебе данная вещь?

Как ты относишься к этим вещам?

Что бы смогло ее заменить?

**Упражнение №6.** «Нарисуй своё будущее»  
(проективная методика)



**После завершения рисунка проводится беседа:**

Что ты хотел изобразить/что получилось?

Как ты относишься к своему будущему?

Каким ты его видишь?

Каким оно может быть, от чего (кого) это зависит?

**Упражнение №7.** Ритуал завершения занятия.

Ведущий предлагает участникам продолжить фразу: «Я, как и многие мои сверстники ...» что нас всех объединяет?

Какой опыт (упражнение) был тебя сегодня важен?  
Сообщение психологического «домашнего задания»

## **Занятие №4**

**Цель:** закрепление позитивного типа поведения подростка, снижение степени проявления тревожности, уверенности, рискованных форм поведения, повышение уровня самораскрытия, обучение навыкам планирования (снижение факторов импульсивности в поведении).

### **Вводная часть. Притча «Как жить».**

**Цель:** актуализировать состояния выбора цели и последствий своих решений.

В поисках ответа на вопрос, как жить, юноша обратился к известному революционеру-реформатору: - Скажи, как мне плыть по этой реке жизни? Что правильно? - Не будь, как все, - ответил тот. - Не плыви по течению в общей толпе серых и безразличных. Плыви наперекор всему! Жизнь - борьба. Рассекай волны! Стремись! Добивайся! Преодолевай трудности ради всеобщего блага и совершенствования мира!

Юноша кивнул и пошел за советом к святому отшельнику. - Как плыть мне по реке жизни? - спросил он. - Стоит ли сопротивляться течению? - Нет, - ответил отшельник - В этом нет смысла. Река нашей жизни есть Вселенная. Сопротивляться - значит входить в конфликт со Вселенной. Отдайся ей, растворись, плыви по её течению - и ты познаешь истину единства с мирозданием. Поблагодарил юноша и отправился к мудрецу. - Скажи, мудрец, как мне жить? Плыть ли против течения, борясь и побеждая? Или по течению, растворяясь в потоке мира? - Эх, - вздохнул мудрец, - насоветовали тебе много. Но суть заключается в том, чтобы плыть не по течению и не против, а туда, куда тебе нужно. В этом мудрость и разум твой должен быть твоим рулем, а душа - парусом.

Эти слова пришлись юноше по душе. Обрадовался он обретению мудрости и пошел домой. А на обратном пути повстречался ему Мастер. Разве может помешать лишний совет, особенно, когда мудрость уже есть? - Скажи, Мастер, как мне жить? Плыть по течению? Или против течения? Или под руководством разума плыть, куда мне нужно? - Течение? - удивился Мастер. - Какое течение? Извини, я не заметил его. Мне просто нравится плавание.

Как сделать правильный выбор?

**Определи, что ты можешь потерять, а что приобрести в каждом из 4-х решений.**

Кратко сформулируй свой ответ в колонках:

| <b>Решение</b>                                                                                                                                                                | <b>Что потеряю?<br/>В чем<br/>слабость<br/>данного<br/>направления?</b> | <b>Что могу<br/>приобрести?<br/>Какие<br/>преимущества<br/>буду иметь?</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>«...плыви наперекор всему!<br/>Жизнь - борьба. Стремись!»<br/>Будь лидером своей жизни,<br/>совершенствуй себя!</b>                                                        |                                                                         |                                                                            |
| <b>«...Плыви по течению - и<br/>ты познаешь истину<br/>единства с мирозданием!»<br/>Делай то, что делают все<br/>(многие) и будешь счастлив!</b>                              |                                                                         |                                                                            |
| <b>«...плыть не по течению и<br/>не против, а туда, куда тебе<br/>нужно!»<br/>Важно понимать, что тебе<br/>нужно в данный момент<br/>жизни, ставить перед собой<br/>цель!</b> |                                                                         |                                                                            |
| <b>«...Мне просто нравится<br/>плавание...»<br/>Важен процесс (движение), а<br/>не результат! Получай<br/>удовольствие от того, что<br/>ты имеешь!</b>                        |                                                                         |                                                                            |

**Упражнение №2.** «Пять самых важных событий моей жизни».

**Цель:** выявление эмоционального компонента, оценки значимости (зависимости) событий предыдущей жизни и перспективных событий.

**Инструкция:** «Назовите 5-ть самых важных событий вашей жизни. События могут быть как положительные, трогательные, волнующие, так трагические, но они остались в памяти... Кратко опишите это событие... Какое важное событие вашей жизни еще не произошло, но может произойти в ближайшее время, вы его ожидаете (1-3 мес.)?»

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

В рефлексивной части вы обращаетесь к подростку с просьбой поделиться, какие чувства вызвало каждое событие. Важно, включает ли подросток в «ленту событий» психотравмирующие события (например, смерть или болезнь близкого, собственную суицидальную попытку). Часто это говорит о принятии негативного события, вытеснении его из своих воспоминаний, что свидетельствует о возможном рецидиве.

**Упражнение №3.** Ритуал завершения занятия.

Ведущий предлагает подростку ответить на вопросы: что было самым важным в сегодняшнем занятии для тебя, что для тебя выбор, легко ли тебе принимать решения?

Занятие №5

«Как я принимаю решение» (мозговой штурм)

**Вводная часть.** Озвучивается основная цель занятия – обучение навыкам принятия решений, определения собственного стиля принятия решений.

**Короткое интервью:** Как ты принимаешь решения? В каком случае такие решения оправданы? Какие решения ты считаешь правильными/неправильными?

| <b>Особенности<br/>принятия<br/>решения</b>                                                      | <b>В КАКОМ СЛУЧАЕ ЭТО<br/>ОПРАВДАНО?</b>                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Решение принимается<br>быстро, без колебаний                                                     | Важно в экстремальной<br>ситуации                                                                         |
| Решение принимается в<br>зависимости от ситуации                                                 | Когда есть время обдумать,<br>учесть разные условия<br>(варианты ответных действий,<br>подбор реакции...) |
| Решение принимается чаще<br>всего под воздействием<br>эмоций (сильное волнение,<br>беспокойство) | Особенности реагирования<br>эмоционального человека                                                       |
| Решение принимается под<br>влиянием чьего-либо совета                                            | Личная неуверенность,<br>недостаток опыта (информации)                                                    |
| Решение принимается чаще<br>всего поспешно (быстро,<br>необдуманно)                              | Особенности характера,<br>устойчивые черты (н-р, холерик)                                                 |
| Решение принимается долго                                                                        | Медлительность...                                                                                         |

Как вариант для разминки можно предложить спорные утверждения.

Например, «...*все наркоманы – это отбросы общества...*», «...*все люди врут...*»,...

На следующем этапе подростку предлагается игровая или реальная ситуация для принятия решения. В этом смысле, лучше всего исходить из текущей трудности, которую переживает подросток(!).

Бланк для работы

1. **Принятие ситуации:** «Тебе предстоит обучаться в новой школе (классе)» Как относишься к такой мысли? Какие чувства у тебя вызывает данная ситуация?

**Как бы ты сформулировал свою цель в этом случае?** \_\_\_\_\_

---

**2. Этап сбора информации.** Что нужно тебе узнать о классе, школе, сверстниках? Какую роль ты отводишь себе: «лидер, тихоня...»? Что ты хочешь от окружающих: «...чтобы приняли как своего...», «...чтобы не трогали...» что-то другое?\_\_\_\_\_

---

### **3. Первые шаги.**

**Что ты будешь делать для этого в первую очередь?**  
(*Вспомогательные вопросы:* Сколько времени тебе нужно, что освоится в новом коллективе? Как ты будешь действовать: быстро и решительно или спокойно и осмотрительно, будешь ждать реакции окружающих? Какая помощь тебе нужна (от родителя, учителей, одноклассников)? Итак, что ты будешь делать в первую очередь (кратко опиши каждый свой шаг)

---

**1. Оценка рисков.** Какие последствия тебя ожидают, в случае тяжелой адаптации (сложностях в установлении контактов со сверстниками, педагогами)//что будешь (можно) делать, чтобы быстрее освоиться в новой школе, коллективе сверстников?

| + | - |
|---|---|
|   |   |
|   |   |

**Вспомогательные вопросы:** Как ты думаешь, удастся тебе достигнуть поставленной задачи, желания: «ДА», частично (на 50%, 1/3...), «да» за 10 дней....\_\_\_\_\_

---

**5. Оценка своих достижений. Вспомогательные вопросы:** Как ты почувствуешь, что добился (лась) желаемого результата, реализации намеченной цели?\_\_\_\_\_

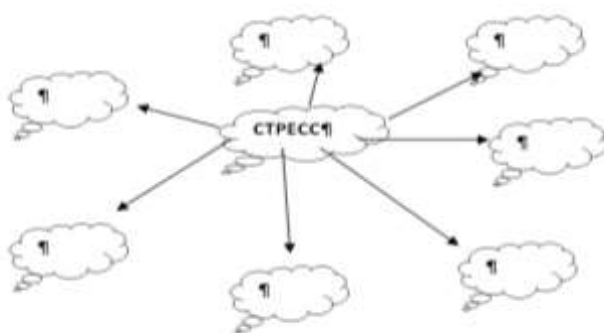
---

## **Занятие №6. Управление стрессом**

### **Вопросы для осмысления:**

1. Что такое стресс?
2. Как действует стресс на человека в ситуации контроля?
3. Как управлять стрессом?
4. В каком случае стресс вреден?

**Задание №1.** Дайте 7-10 словесных определений понятия стресс, как ты его понимаешь, подберите синонимы... (составляется кластер). Классифицируются понятия в три группы: физическое переживание стресса, эмоциональное, интеллектуальное.



**Задание №2.** Дополни словесное определение символом (образом, схемой), если бы вы сообщали об этом человеку, не знающему наш язык (например, иностранцу).

Подумай, какой образ (схема...предмет...), в большей степени,

передает внутреннее состояние стресса человека? Что может чувствовать этот человек? Что в его жизни может вызвать такое состояние стресса?

**Задание №3.** Подумай, как бы схематично выглядело то, что вы способны управлять этим стрессом? (был способен ограничить /контролировать/ уменьшить его влияние на себя).

**Расскажи, какой способ борьбы со стрессом ты выбираешь в своем случае?**

#### **Задание №4. Оценка состояния стресса (по К. Шрайнеру)**

#### **Методика для диагностики состояния стресса (К. Шрайнер)**

**Инструкция испытуемому:** «Обведите кружком номера тех вопросов, на которые вы отвечаете положительно».

##### ***Текст опросника***

1. Я всегда стремлюсь делать работу до конца, но часто не успеваю и вынужден(а) наверстывать упущенное.
2. Когда я смотрю на себя в зеркало, я замечаю следы усталости и переутомления на своем лице.
3. В школе и дома – сплошные неприятности.
4. Я упорно борюсь со своими вредными привычками, но у меня не получается.
5. Меня беспокоит будущее.
6. Мне часто необходимы какие-либо средства, (н-р, успокаивающее, снотворное...), чтобы расслабиться после напряженного дня.
7. Вокруг происходят такие перемены, что голова идет кругом. Хорошо бы, если бы все не так стремительно менялось.
8. Я люблю семью и друзей, но часто вместе с ними я чувствую скуку и пустоту.
9. В жизни я ничего не достиг(ла) и часто испытываю разочарование в самом(ой) себе.

**Обработка и интерпретация результатов.** Подсчитайте количество своих положительных ответов. Каждому ответу «да» присваивается 1 балл.

**Если вы набрали 0–4 балла.** Вы ведете себя в стрессовой ситуации довольно сдержанно и умеете регулировать свои собственные эмоции. Вы не раздражаетесь на других людей и не настроены винить себя.

**Если у вас в сумме получилось 5–7 баллов.** Вы не всегда правильно ведете себя в стрессовой ситуации. Иногда вы умеете сохранять самообладание, но бывают также случаи, когда вы заводитесь из-за пустяка и потом об этом жалеете. Вам

необходимо заняться выработкой своих индивидуальных приемов самоконтроля в стрессе.

**Задание №5.** Как буду управлять стрессом? (Работа подростка с памяткой «Управление стрессом», см. приложение №4). Задание подростку: «Ознакомься с памяткой, расскажи, что тебе поможет справиться со стрессом?»

**Что нужно делать, чтобы управлять стрессом?**

*Шаг №1. Помогай окружающим людям!*

*Шаг №2. «Переключайся!».*

*Шаг №3. Сбрось негативную энергию!*

*Шаг №4. Контролируй свои эмоции!*

*Шаг №5. Улыбайся!*

*Шаг №6. Начни делать зарядку каждый день.*

*Шаг №7. Дай выход агрессии!*

*Шаг №8. Побалуй себя!*

*Шаг №9. Следи за своим дыханием!*

*Шаг №10. Регулируй количество важных дел.*

**Рефлексия занятия.**

Что нового я узнал(а) о стрессе?

Какой человек больше подвержен стрессу?

Как я могу помочь своему однокласснику справиться со стрессом (в ситуации контроля)?

В каком случае стресс для меня вреден/полезен?

**Занятие №7**

**Упражнение №1.** «Главная цель на неделю (месяц, год)».

**Цель:** Оценка реалистичности цели.

**Свободная беседа.** Самые важные события прошедшей недели. **Цель:** оценка включенности подростка в занятие, определение его текущих интересов, эмоционального состояния.

**Инструкция:** «Сформулируй свою главную цель на неделю, месяц, год...» \_\_\_\_\_

---

**Характеристика цели:** достижимость, реалистичность, ограниченность (сроки), измеримость.

**Упражнение №2.** «Прошлое – настоящее – будущее». Работа с метафорическими картами. Инструкция: «Выбери три карты, которые тебе нравятся. Распредели их в следующем порядке:

| <b>Прошлое</b>                         | <b>Настоящее</b>                   | <b>Будущее</b>                         |
|----------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>Карта<br/>(выбор<br/>подростка)</b> | <b>Карта (выбор<br/>подростка)</b> | <b>Карта<br/>(выбор<br/>подростка)</b> |
| Словесное<br>описание                  | Словесное<br>описание              | Словесное<br>описание                  |

### **Рефлексивная беседа с подростком.**

1. Как ты относишься к своему прошлому, настоящему, будущему...?
2. Каким ты сейчас видишь свое прошлое (настоящее, будущее) представленное на этой карте?
3. Если рассматривать эти карты как перспективу – от чего к чему ты движешься?
4. Каким ты был, что в тебе изменилось, что тебе ещё нужно приобрести (из личностных качеств), чтобы чувствовать себя в будущем лучше?

**Упражнение №3.** Ритуал завершения занятия. «Последняя встреча».

**Цель упражнения:** - совершенствование коммуникативной культуры.

Представьте себе, что занятия уже закончились, и мы расстаемся на длительный период. Но все ли мы успели сказать друг другу? Может быть ты забыл поделиться своими переживаниями? Сделай это "здесь и теперь".

**Важно!** По завершению курса подростку и его семье (законному представителю) сообщается о завершении интенсивной части программы «Позитив», обсуждается время на подготовку письменного заключения психолога по итогам работы с подростком, выдаются рекомендации подростку, родителю, педагогам.

### **Список литературы**

1. Бюлер Ш.. Что такое пубертатный период.//Психология подростка. Хрестоматия. Сост. Фролов Ю.И. Москва, 1997.
2. Веретина О.Р. Различные стратегии поведения подростков в конфликтах со взрослыми и сверстниками//Наш проблемный подросток: понять и договориться. Под ред. проф. Регуш Л.А. - Санкт-Петербург, 2001
3. Варга А.Я. Психологическая коррекция нарушений общения младших школьников//Семья в психологической консультации.-М., 1989.
4. Лихтарников А.Л. Беспомощность подростков и психологическое консультирование.//Наш проблемный подросток: понять и договориться. Под ред. проф. Регуш Л.А. - Санкт-Петербург, 2001.
5. Минияров В.М. Психология семейного воспитания. Диагностико-коррекционный аспект. Москва Воронеж, МПСУ, 2000.
6. Казакова Е. Проблемы подростков или проблемы с подростками//На стороне подростка.-2001.-№1.
7. Куприянов Б.В., Рожков М.И., Фришман И.И. Организация и методика проведения игр с подростками: Взрослые игры для детей: Учеб.-мет. пособие.-М., 2001.
8. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В. Дубровиной-Екатеринбург, 1998.

Муниципальное автономное общеобразовательное  
учреждение города Новосибирска  
«Лицей №176»

Утверждаю \_\_\_\_\_/

зам.директора по УВР МАОУ «Лицей №176»

\_\_\_\_\_  
Протокол № \_\_\_\_ ПМПк

От \_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_.201 г.

Ознакомлен(а) \_\_\_\_\_/ \_\_\_\_\_/

Ф.И.О. родителя (законного представителя)

**Индивидуальный образовательный  
маршрут (ИОМ)**

**Иванова Ивана Ивановича**

Ф.И.О. ребенка

Учащегося \_\_\_\_\_ класса \_\_\_\_\_ 201 - 201 учебного года

**Срок реализации ИОМ**

**Цель коррекционной работы**

Социальная адаптация обучающегося с ограниченными возможностями здоровья.

**Целевая установка** индивидуального образовательного маршрута состоит в создании условий для полного удовлетворения образовательных потребностей подростка с ограниченными возможностями здоровья.

**Задачи социально-психологического сопровождения:**

➤ Выявить особые образовательные потребности подростка с ограниченными возможностями здоровья, обусловленные недостатками в психическом или физическом развитии.

➤ Осуществить индивидуально ориентированную психолого-педагогическую помощь с учётом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей подростка (в соответствии с рекомендациями ПМПК, МСЭ и результатами диагностики).

➤ Создать благоприятные условия для освоения образовательной программы основного общего образования подростка в данном образовательном учреждении.

### **Ожидаемый результат**

➤ Наличие комфортной коррекционно-развивающей образовательной среды,

➤ обеспечивающей качество образования, его доступность, открытость и привлекательность для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья;

➤ обеспечение гарантий охраны и укрепления физического и психологического, социального здоровья обучающегося, нуждающую коррекцию недостатков его развития в комфортной по отношению к нему образовательной среде.

### **Возможные риски:**

➤ Отказ родителей (законных представителей) или подростка с ограниченными возможностями от участия в реализации программы индивидуального образовательного маршрута развития обучающегося или недобросовестное выполнение рекомендаций специалистов сопровождения.

➤ Недостаточная подготовка педагогов в области коррекционной педагогики и специальной психологии.

➤ Отсутствие необходимой материально-технической базы, средств социально-психологической реабилитации (специального оборудования) для обеспечения коррекционно-развивающей работы с подростком, имеющим ограничения здоровья.

Общие сведения

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                               |                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Ф.И.О.</b>                                                                                      | <b>Дата рождения</b>                                                                                                                                                          | <b>Класс</b>                     |
| <b>Иванов Иван Иванович</b>                                                                        |                                                                                                                                                                               |                                  |
| Ф.И.О. родителей<br>(законных представителей)                                                      | Должность/<br>место работы                                                                                                                                                    | Образование/кон<br>тактны данные |
| <b>Иванова</b>                                                                                     |                                                                                                                                                                               |                                  |
| <b>Иванов</b>                                                                                      |                                                                                                                                                                               |                                  |
| <b>Общие сведения о семье:</b>                                                                     |                                                                                                                                                                               |                                  |
| <b>Основной состав службы социально-психологического сопровождения:</b>                            |                                                                                                                                                                               |                                  |
| Классный руководитель                                                                              |                                                                                                                                                                               |                                  |
| Педагог-психолог                                                                                   |                                                                                                                                                                               |                                  |
| Социальный педагог                                                                                 |                                                                                                                                                                               |                                  |
| Медицинский работник                                                                               |                                                                                                                                                                               |                                  |
| Зам. по ВР                                                                                         |                                                                                                                                                                               |                                  |
| <b>Заключение ОМПК, МСЭ</b>                                                                        | <b>Рекомендации ОМПК</b>                                                                                                                                                      |                                  |
| <b>Обеспечить социально-психологического сопровождение подростка в образовательной организации</b> |                                                                                                                                                                               |                                  |
| <b><i>Рекомендации специалистов сопровождения</i></b>                                              |                                                                                                                                                                               |                                  |
| Классный<br>руководитель                                                                           | Педагогическое сопровождение, выявление затруднений в овладении знаниями, развитие навыков коммуникации, адаптация в новом коллективе                                         |                                  |
| Педагог-психолог                                                                                   | Психологическая поддержка, развитие навыков общения, снижение факторов риска: подверженности негативному влиянию группы (зависимого поведения), развитие чувства самоконтроля |                                  |
| Социальный педагог                                                                                 | Обеспечить ребенка бесплатным питанием, в рамках социального пакета                                                                                                           |                                  |
| Медицинский работник                                                                               | Контроль состояние здоровья                                                                                                                                                   |                                  |
| Зам. по ВР                                                                                         | Вовлечение подростка во внеурочную деятельность, посильная помощь в организации мероприятий лица                                                                              |                                  |

## Блок №1

### Освоение адаптированной образовательной программы

| № п/п | Предмет              | Количество часов |
|-------|----------------------|------------------|
| 1     | 2 ин.яз (нем)        |                  |
| 2     | Астрономия           |                  |
| 3     | Биология             |                  |
| 4     | Ин.яз (англ)         |                  |
| 5     | Инф. и ИКТ           |                  |
| 6     | История              |                  |
| 7     | Классный час         |                  |
| 8     | Литература           |                  |
| 9     | Математика           |                  |
| 10    | ОБЖ                  |                  |
| 11    | обществ (эк..и прав) |                  |
| 12    | Осн.журналистики     |                  |
| 13    | Практикум по рус.яз. |                  |
| 14    | РЗ по орг.хим.       |                  |
| 15    | Русусский язык       |                  |
| 16    | Сл.воп.общ.биологии  |                  |
| 17    | Сп.к.по обществ.     |                  |
| 18    | спец.курс по матем   |                  |
| 19    | Техн. проф.карьеры   |                  |
| 20    | Физика               |                  |
| 21    | Физкультура          |                  |
| 22    | Химия                |                  |

### Расписание занятий

| <b>Пн</b>                                  | <b>Вт</b>                                  | <b>Ср</b>                                  | <b>Чт</b>                                     | <b>Пт</b>                                     | <b>Сб</b>                                |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------|
| Рус.яз<br>8:00-8:45<br>313                 | Лит-ра<br>8:00-8:45<br>102                 | Рус.яз<br>8:00-8:45<br>313                 | спец.курс<br>8:00 -8:45<br>308                | Матем-ка<br>8:00-8:45<br>308                  | Инф. и ИКТ<br>8:00 -8:45<br>302          |
| Англ.яз<br>8:55-9:40<br>207                | История<br>8:55-9:40<br>104                | Физика<br>8:55-9:40<br>215                 | Практику<br>м по...<br>8:55-9:40<br>313       | обществ<br>(эк....<br>8:55-9:40<br>104        | Инф. и ИКТ<br>8:50-9:35<br>302           |
| Матем-ка<br>10:00-<br>10:45<br>308         | Математ<br>ика<br>10:00-<br>10:45<br>308   | Лит-ра<br>10:00-<br>10:45<br>313           | Лит-ра<br>10:00-<br>10:45<br>313              | обществ<br>(эк....<br>10:00-<br>0:45<br>104   | Осн.журнал<br>ис...<br>9:45-10:30<br>306 |
| Нем.яз<br>11:05-<br>11:50<br>306           | История<br>11:05-<br>11:50<br>104          | Биология<br>11:05-<br>11:50<br>216         | Физ-ра<br>11:05-<br>11:50<br>спорт.<br>зал    | Англ.яз<br>11:05-<br>11:50<br>102             | Матем-ка<br>10:45-11:30<br>308           |
| Техн.<br>проф.к.<br>12:05-<br>12:50<br>104 | Химия<br>12:05-<br>12:50<br>307            | Англ.яз<br>12:05-<br>12:50<br>208          |                                               | Матем-ка<br>12:05-<br>12:50<br>308            |                                          |
| Физика<br>13:00-<br>13:45<br>215           | Химия<br>13:00-<br>13:45<br>307            | Физ-ра<br>13:00-<br>13:45<br>спорт.<br>зал |                                               | РЗ по<br>орг. хи...<br>13:00-<br>13:45<br>307 |                                          |
|                                            | Физ-ра<br>14:00-<br>14:45<br>спорт.<br>зал | ОБЖ<br>14:00-<br>14:45<br>102              | Сл.воп.о<br>бщ.б...<br>14:00-<br>14:45<br>216 | Кл. час<br>14:00-<br>14:45<br>216             | Астрономия<br>13:25-14:10<br>215         |

## Блок №2

### Организация коррекционно-развивающей работы

| Необходимый специалист | Направления коррекционно-развивающей работы                                                                                            | Сведения о программах                                                                                                           | Режим и форма организации занятий | Метод отслеживания динамики                                                                                             |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Педагог-психолог       | Ослабить зависимость (влияние) физического состояния от психологического самочувствия, социализация подростка в коллективе сверстников | Использование упражнений и заданий на стрессустойчивость, развитие темповых характеристик и способности к переключению внимания | 2раза/мес                         | Наблюдения, оценка (тестовая) эмоционального состояния, уровня стрессустойчивости, темповых позиций, группового статуса |
| Социальный педагог     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                 |                                   |                                                                                                                         |

### Блок №3

#### Социализация

(заполняет классный руководитель, дополняет заместитель директора по ВР)

| Ф.И.О. специалиста                    | Мероприятие | Дата проведения | Направления работы | Критерий достижения | Оценивание достижения |
|---------------------------------------|-------------|-----------------|--------------------|---------------------|-----------------------|
| <b>Дополнительное образование</b>     |             |                 |                    |                     |                       |
|                                       |             |                 |                    |                     |                       |
|                                       |             |                 |                    |                     |                       |
| <b>Фестивали, праздники, конкурсы</b> |             |                 |                    |                     |                       |
|                                       |             |                 |                    |                     |                       |
|                                       |             |                 |                    |                     |                       |
| <b>Экскурсии</b>                      |             |                 |                    |                     |                       |
|                                       |             |                 |                    |                     |                       |
|                                       |             |                 |                    |                     |                       |
|                                       |             |                 |                    |                     |                       |

**Блок №4.****Общая дорожная карта реализации**

| <b>Время</b>       | <b>Пн.</b>                                 | <b>Вт.</b>                         | <b>Ср.</b>             | <b>Чт.</b>                    | <b>Пт.</b>             | <b>Сб.</b> |
|--------------------|--------------------------------------------|------------------------------------|------------------------|-------------------------------|------------------------|------------|
| С 8.00<br>до 14.00 | Учебные занятия согласно расписанию уроков |                                    |                        |                               |                        |            |
|                    |                                            |                                    |                        |                               |                        |            |
| 14.00-<br>14.30    |                                            | Коррекционные занятия с психологом |                        |                               |                        |            |
| 14.00-<br>14.30    |                                            |                                    | Языковой Центр «Юниум» | Беседа с социальным педагогом | Языковой Центр «Юниум» |            |

### **Общие мероприятия по социализации**

(заполняет классный руководитель)

| <b>ДАТА</b> | <b>МЕРОПРИЯТИЕ</b> | <b>ДАТА</b> | <b>МЕРОПРИЯТИЕ</b> |
|-------------|--------------------|-------------|--------------------|
|             |                    |             |                    |
|             |                    |             |                    |

**ДНЕВНИК**  
**динамического наблюдения**  
**Иванов Иван Иванович, 2002 гр., ученик \_\_\_\_\_ кл**  
**МАОУ «Лицей №176» (2017-2018 уч.г.)**  
 ( ФИО ребенка)

| №<br>п/п | Специ-<br>лист<br>сопров<br>ождени<br>я                                      | Критерии<br>оценивани<br>я развития<br>ребенка                                                                                                                                                     | Динамика<br>развития на<br>начало<br>учебного<br>года                                                                                                                                                                              | Динамика<br>развития на<br>конец<br>учебного<br>года | Закключение<br>(выводы) |
|----------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------|
| 1        | Классн<br>ый<br>руково<br>дитель<br>совмес<br>тно с<br>предме<br>тникам<br>и | В усвоении<br>учебной<br>программы<br>нет<br>трудностей,<br>наблюдаетс<br>я<br>отсутствие<br>системы<br>подготовки<br>к урокам и<br>нежелание<br>презентова<br>ть<br>результаты<br>своего<br>труда | Освоение<br>учебных<br>программ на<br>«4» и «5»,<br>некоторые<br>затруднения<br>с предметами<br>имеют<br>временный<br>характер, при<br>сосредоточен<br>ии внимания<br>на<br>проблемных<br>предметах,<br>повышается<br>успеваемость |                                                      |                         |
| 2        | Социал<br>ьный<br>педагог                                                    | Сведения о<br>семье,<br>стиле<br>воспитания<br>, семейной<br>обстановке,<br>бытовых<br>условиях,<br>готовность<br>родителей<br>к<br>сотрудниче<br>ству                                             |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                      |                         |

|   |                      |                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                           |
|---|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 | Медицинский работник | Состояние здоровья ребенка, наличие хронических заболеваний, группа здоровья          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                           |
| 4 | Психолог             | Оценка уровня интеллектуального развития, эмоциональной сферы, особенностей поведения | <p>Подросток испытывает устойчивые трудности привыкания к новой обстановке, сложности в установлении новых контактов, подвержен негативному влиянию (зависим).</p> <p>Поведение подростка характеризуется высокой инертностью, несколько сниженным уровнем самостоятельности. Уровень интеллектуального развития близок возрастной норме, снижены темповые характеристики</p> |  | Нуждается в психолого-педагогическом сопровождении, консультации, с целью стабилизации эмоциональной сферы, самоконтроля. |

|   |                                                                                        |  |           |  |  |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------|--|--|
|   |                                                                                        |  | мышления. |  |  |
| 5 | Зам.<br>директо<br>ра по<br>воспита<br>тельной<br>работе                               |  |           |  |  |
| 6 | Наибол<br>ее<br>значите<br>льные<br>достиж<br>ения<br>подрост<br>ка<br>(портфо<br>лио) |  |           |  |  |

**Ознакомлены:**

| <i>Должность</i>         | <i>ФИО</i> | <i>Подпись</i> |
|--------------------------|------------|----------------|
| Классный<br>руководитель |            |                |
| Социальный<br>педагог    |            |                |
| Медицинский<br>работник  |            |                |
| Зам. по ВР               |            |                |
| Педагог-<br>психолог     |            |                |

**Проект подпрограммы психологического консультирования-сопровождения семьи в момент кризисно-проблемной ситуации**

**Цель:** повышение психологической компетентности родителей в вопросах воспитания и развитие эффективных навыков коммуникации с детьми.

**Задачи программы:**

- 1) усиление способности родителей к пониманию и вчувствованию в эмоциональный мир своего ребенка, через установление визуального контакта, физического контакта, наблюдение и совместную деятельность;
- 2) изменение неадекватных родительских позиций;
- 3) оптимизация форм родительского взаимодействия в процессе воспитания ребенка;
- 4) развитие способности родителя принимать решения.

**Таким образом антикризисный план включает в себя следующие этап консультирования:**

*1-й этап. Формулировка проблемы (трудности).*

**Цель:** Осознать проблему, необходимость изменения поведения для ее разрешения.

*2-й этап. Самопереоценка.*

**Цель:** На эмоциональном и рациональном уровне оценить преимущества и недостатки изменения поведения.

*3-й этап. Принятия решения.*

**Цель:** Осознать выбор и ответственность за принятия решения

**Идея программы:**

- 1) Признание права ребенка на выбор.
- 2) Отработка навыков эффективного родительско-детского общения.
- 3) Формирование навыков сотрудничества родителя с ребенком в принятии решений.

**Задача психолога на этапе консультирования в случае необходимости.**

- 1) Направить учащихся с наибольшей тревожностью, страхом, дезадаптивным поведением на дополнительную консультацию к специалисту.

2) Предоставить возможность для осуществления помогающих действий.

3) Обратить внимание на родителей на эмоциональное состояние детей, связанное недавно переживших тяжелое, травматическое событие,

4) Не допускать ярлыков и обвинений.

**Основная форма реализации программы** – психологическое интервью.

**1-й этап. Проявление осознания проблемы, необходимости изменения поведения.**

1. Знакомство. Ф. И. О. обратившегося за консультацией, возраст, занятость (психологическое состояние) \_\_\_\_\_

2. Беседа-интервью с родителем. **Цель:** Изучение условий возникновения проблемы.

**ВОПРОСЫ:** - Что вас беспокоит (в себе, ребенке, ситуации), мешает вам жить и чувствовать себя счастливым? \_\_\_\_\_

- Что вы считаете интересным и важным вашей жизни (жизни вашего ребенка) в настоящий момент? \_\_\_\_\_

- Что вы предпринимали, чтобы решить эту проблему? К кому обращались за помощью? Что удалось достигнуть? \_\_\_\_\_

- Каким вы видите свое будущее (своего ребенка)? \_\_\_\_\_

- Хотели бы вы изменить своё поведение, чтобы добиться положительного решения данной проблемы? Готовы ли вы к изменениям (возможным отказам от чего-либо)? \_\_\_\_\_

3. Психодиагностика родителя. Методика “Отношение к детям”, авторы Варга, Столин.

**Цель:** Уточнение трудностей взаимоотношений ребенка и родителя, анализ эффективности родительских стратегий поведения и психологических установок, влияющих на развитие ребенка.

**Бланк регистрации ответов опросника**

|     |     |     |     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1.  | 2.  | 3.  | 4.  | 5.  | 6.  | 7.  | 8.  |
| 9.  | 10. | 11. | 12. | 13. | 14. | 15. | 16. |
| 17. | 18. | 19. | 20. | 21. | 22. | 23. | 24. |
| 25. | 26. | 27. | 28. | 29. | 30. | 31. | 32. |
| 33. | 34. | 35. | 36. | 37. | 38. | 39. | 40. |
| 41. | 42. | 43. | 44. | 45. | 46. | 47. | 48. |
| 49. | 50. | 51. | 52. | 53. | 54. | 55. | 56. |
| 57. | 58. | 59. | 60. | 61. |     |     |     |

Анализ субшкал опросника\_\_\_\_\_

Рекомендации для родителя\_\_\_\_\_

За. Тест “Подростки о родителях” (авторы Шафер, 1965 г., в модификации З. Матейчика, П. Ржичаного)

**Цель:** Изучение взаимоотношений родителя и ребенка

**Бланк регистрации ответов подростка:**

| Ключи                 | Номера вопросов |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|-----------------------|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| позитивизм            |                 |   | 1 | 6 | 1 | 6 | 1 | 6 | 1 | 6 |
| директивность         |                 |   | 2 | 7 | 2 | 7 | 2 | 7 | 2 | 7 |
| враждебность          |                 |   | 3 | 8 | 3 | 8 | 3 | 8 | 3 | 8 |
| авторитет<br>родителя |                 |   | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 |
| непоследовательность  |                 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

Анализ\_\_\_\_\_

4. Беседа-интервью с ребенком.

- Нравится ли тебе в школе учиться? Почему?\_\_\_\_\_

- Какие школьные предметы ты любишь больше других, какие меньше? Почему?\_\_\_\_\_

Кого ты считаешь своим другом? Почему?\_\_\_\_\_

- Доволен ли ты своим поведением и учебой в школе? Почему?\_\_\_\_\_

- Твоё любимое занятие в школе и дома?\_\_\_\_\_

- Что ты считаешь важным и интересным в своей жизни?\_\_\_\_\_

---

- Как ты относишься к своим родителям (семье, дому)?

---

- Кем ты хочешь стать по окончании школы? Что тебя привлекает в этой профессии? \_\_\_\_\_

---

#### 5. Ритуал прощания.

**Цель:** Мотивировка необходимости полного прохождения программы психологического сопровождения семьи в момент кризисно-проблемной ситуации или отказа от участия в решении проблемы. Осознание степени ответственности родителя и ребенка за результат принятого решения.

**Вопрос:** Что нового вы узнали о себе, друг о друге? Чем помогут вам эти знания улучшить взаимоотношения? \_\_\_\_\_

---

#### 2-й этап. Самопереоценка.

**Цель:** На эмоциональном и рациональном уровне оценка преимуществ и недостатков изменения поведения.

##### 1. Ритуал приветствия.

**Цель:** Установление обратной связи, психологическая готовность родителя и ребенка к диалогу.

**ВОПРОС:** “Что важного произошло в Вашей жизни с момента нашей первой встречи?” \_\_\_\_\_

---

2. Методика ”+” или “-”? **Цель:** Оценка справедливости предъявляемых родителем требований к ребенку, адекватность восприятия достоинств и недостатков ребенка \_\_\_\_\_

---

**Вопрос** (родителю): Что Вы больше всего цените в свое ребенке, назовите его достоинства (т.е то, за что чаще всего хвалите), затем подумайте и скажите, что вашему ребенку мешает быть счастливым, назовите его главные недостатки (т.е то, за что часто критикуете, осуждаете или наказываете):

**Достоинства**  
(Что меня радует в моём ребенке?)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

**Недостатки**  
(Что меня огорчает в моём ребенке?)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

**ВЫВОД:** \_\_\_\_\_

---

**ВОПРОС** (ребенку): С чем согласен или не согласен?

**Цель:** Оценка принятия или отторжения подростком  
родительских представлений  
(требований). \_\_\_\_\_

---

3.Проективная методика “Портрет родителя и ребенка”.

**Цель:** Изучение психологических особенностей  
взаимовосприятия.

**Инструкция:**”Нарисуйте друг друга такими, какими привыкли  
видеть в повседневной жизни”. Психологическая трактовка  
образов: \_\_\_\_\_

---

4.Методика “ОТКРЫТКА”. **Цель:** Способность оказывать и  
принимать психологическую поддержку друг друга, активизация  
положительных эмоций, оптимизация общего фона  
взаимоотношений родителя и подростка.

**Инструкция:** “Вам предлагается выразить всевозможные  
пожелания друг другу, которые вы можете сделать и в обычной  
жизни по случаю, например, дня рождения, а затем найдите  
причину для того, чтобы извиниться, что не могли поздравить  
раньше”.

Анализ пожеланий родителя и ребенка: \_\_\_\_\_

---

6. РИТУАЛ ПРОЩАНИЯ. **ВОПРОС** (к родителю и подростку):  
“Что нового вы узнали друг о друге из нашей сегодняшней  
встречи?” \_\_\_\_\_

---

Точная дата, время и необходимость следующей консультации:

---

**3-й этап. Методика “Принятие решения”**

Ф. И. О. \_\_\_\_\_

Дата консультирования \_\_\_\_\_. 201\_\_ г.

Ф И О консультируемого (возраст, занятость) \_\_\_\_\_

---

Вы обращаетесь к психологу за консультацией. Для того, чтобы наша работа оказалась наиболее продуктивной, подумайте и ответьте на следующие вопросы:

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Формулировка вопроса</b>                                                                           | <b>Психологическое<br/>содержание ответа</b> |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 1                | Итак, в чем вы видите главную трудность вашего ребенка?<br>Сформулируйте Ваши трудности как родителя? |                                              |
| 2                | Что Вас беспокоит в этой проблеме (ситуации, ребенке, группе и т.п)                                   |                                              |
| 3                | Что конкретно Вы считаете нужным изменить? Что из этого наверняка можно изменить?                     |                                              |
| 4                | Кто в первую очередь должен этим заниматься?                                                          |                                              |
| 5                | Что в силах сделать Вам?                                                                              |                                              |
| 6                | Какие из Ваших способностей, умений, черт могут помочь решить Вам эту проблему?                       |                                              |
| 7                | Чья помощь вам может потребоваться?                                                                   |                                              |
| 8                | Что может помешать желаемым изменениям?                                                               |                                              |
| 9                | На что Вам следует опираться в желаемом решении проблемы?                                             |                                              |

Ожидаемый результат \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Пути решения проблемы \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Что может понадобиться? (чья помощь может потребоваться?)  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Последовательность действий и их исполнители (что будете делать в первую очередь?) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Критерии оценки результата (Как вы поймете, почувствуете, что произошли изменения в лучшую сторону?) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Срок первичной оценки результата. (Давайте обозначим срок, когда можно оценить промежуточные результаты решения поставленной вами проблемы, трудности?) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Таблица 1.1. Показатели самооценки и уровня притязаний

| Параметр           | Количественная характеристика, балл |       |       |                |
|--------------------|-------------------------------------|-------|-------|----------------|
|                    | Низкий                              | Норма |       | Очень высокий  |
|                    |                                     | Сред  | Выс   |                |
| 10-11 лет          |                                     |       |       |                |
| Уровень притязаний | менее 68                            | 68-82 | 83-97 | 98-100 и более |
| Уровень самооценки | менее 61                            | 61-72 | 73-85 | 86-100 и более |
| 12-14 лет          |                                     |       |       |                |
| Уровень притязаний | менее 64                            | 64-78 | 79-93 | 94-100 и более |
| Уровень самооценки | менее 48                            | 48-63 | 64-78 | 79-100         |
| 15-16 лет          |                                     |       |       |                |
| Уровень притязаний | 0-66                                | 67-79 | 80-92 | 93-100 и более |
| Уровень самооценки | 0-51                                | 52-65 | 66-79 | 80-100         |

Таблица 1.2.

**Показатели расхождения самооценки и уровня притязаний**

| Параметр                                                   | Количественная характеристика, балл |           |          |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------|----------|
|                                                            | Слабая                              | Умеренная | Сильная  |
| <b>10-11 лет</b>                                           |                                     |           |          |
| Степень расхождения между уровнем притязаний и самооценкой | 0-7                                 | 8-22      | более 22 |
| Степень дифференцированности притязаний                    | 0-4                                 | 5-19      | более 19 |
| Степень дифференцированности самооценки                    | 0-5                                 | 6-20      | более 20 |
| <b>12-14 лет</b>                                           |                                     |           |          |
| Степень расхождения между уровнем притязаний и самооценкой | 0-10                                | 11-25     | более 25 |
| Степень дифференцированности притязаний                    | 0-9                                 | 10-23     | более 23 |
| Степень дифференцированности самооценки                    | 0-12                                | 13-25     | более 25 |
| <b>15-16 лет</b>                                           |                                     |           |          |
| Степень расхождения между уровнем притязаний и самооценкой | 0-8                                 | 9-26      | более 26 |
| Степень дифференцированности притязаний                    | 0-11                                | 12-26     | более 26 |

|                                               |      |       |          |
|-----------------------------------------------|------|-------|----------|
| Степень<br>дифференцированности<br>самооценки | 0-11 | 12-25 | более 25 |
|-----------------------------------------------|------|-------|----------|

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №206»  
(МБОУ «СОШ №206»)**

**Автор:  
Набунская Я. А.  
социальный педагог**

**Анонимная «Почта доверия»  
Как технология профилактической работы социального  
педагога с подростками в школе**

В настоящее время в современном мире происходит массовое внедрение информационных технологий посредством сети Интернет, которые оказывают негативное влияние на гармоничное развитие личности. Ощущается «хроническая» нехватка взаимодействия детей между собой, а также детей и их родителей вне виртуальной жизни.

Ориентируясь на Национальную стратегию действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы, мы видим, что «существуют проблемы, связанные с созданием комфортной и доброжелательной для жизни детей среды, сохраняют свою остроту и далеки от окончательного решения. Продолжается сокращение численности детского населения, у значительной части детей дошкольного возраста и обучающихся в общеобразовательных учреждениях обнаруживаются различные заболевания и функциональные отклонения».

Таким образом, возникает потребность во внедрении технологии помощи ребенку в общеобразовательном пространстве, которая помогла бы удовлетворить потребности каждого ребенка и ответить на интересующие его вопросы, преодолев барьеры общения.

Принимая во внимание психологические особенности подросткового возраста, можно утверждать, что анонимная «Почта доверия» является эффективной «живой» технологией оказания помощи и поддержки подростку в школе. В целях реализации права несовершеннолетних на психолого-педагогическую поддержку с сохранением конфиденциальности информации, а также обеспечения возможности добровольного анонимного обращения, для содействия формированию адекватного общественного мнения по вопросам

обращения к социальному педагогу, оказанию своевременной квалифицированной социально - педагогической помощи и поддержки, консультативно-методической и психолого - коррекционной помощи детям, в соответствии с «Конвенцией о правах ребенка», создана «Почта доверия». Основной целью, которой является снятие барьеров взаимодействия ребенка с социальным педагогом, установление контактов и формирование доверия между субъектами образовательного пространства.

**Цели:** совершенствование навыков безопасного (ответственного) поведения в трудных жизненных ситуациях несовершеннолетних;

развитие системы бесконфликтного взаимодействия среди учащихся, развитие способностей предупреждать конфликты и разрешать их мирным путем; снижение уровня аддиктивного и делинквентного поведения учащихся, раннее предупреждение суицидального поведения.

**Задачи:** сбор и анализ конфиденциальных обращений, заявлений, вопросов, предложений, просьб, поступающих от учащихся образовательного учреждения; изучение проблем и сложностей несовершеннолетних, оказывающих значимое влияние на морально-психологическую обстановку, безопасность в учебных коллективах; установление контактов социального педагога с несовершеннолетними общеобразовательного учреждения; изъятие и обработка обращений, принятие соответствующих мер, выявление проблемы в классе – выход с планом мероприятий на коллектив класса; поиск, разработка и эффективное использование индивидуальных способов саморегуляции эмоциональных состояний несовершеннолетних; анализ анонимных обращений, их обобщение, с целью повышения эффективности принимаемых мер в образовательной организации.

**Ожидаемые результаты:**

- снижение показателей несовершеннолетних, имеющих трудности в социализации и находящихся в дезадаптации;
- увеличение количества индивидуальных консультаций по запросу учащихся;

– уменьшение количественного показателя лиц учащихся, употребляющих ПАВ, проявляющих суицидальные наклонностей, вовлечения в правонарушения;

– побуждение несовершеннолетних к стремлению формирования устойчивых морально-нравственных ценностей учащихся (осознанное понимание своей роли в жизни общества, уважение прав другого, толерантность, эмпатия, ответственность, соблюдение действий правопорядка);

– увеличение процентного показателя учащихся, вовлеченных в досуговую деятельность (секции, кружки, хобби).

### **Методы отслеживания эффективности реализации технологии:**

- педагогическое наблюдение,
- анкетирование,
- тестирование,
- интервьюирование,
- анализ документов.

### **Содержание практической технологии.**

Анонимная «Почта доверия» в общеобразовательном учреждении представляет собой систему организации обращений учащихся по вопросам, связанным с их психологическим состоянием. Это особая форма взаимодействия, в процессе которого учащиеся имеют возможность получить ответы социального педагога, педагога-психолога на волнующие их вопросы посредством анонимного письменного общения.

Для эффективного функционирования «Почты доверия» необходимо соблюдение определенных условий:

#### **1. Материально-технические средства:**

- почтовый ящик для обращений;
- стенд для размещения информации;
- ПК, принтер, бумага для подготовки ответов на обращения.

2. При выборе места размещения почтового ящика и стенда необходимо учитывать принцип анонимности, конфиденциальности и целесообразности. В соответствии с проведенным анкетированием учащихся 70% учащихся – за то, чтобы ящик был прикреплен в кабинете социального педагога (или рядом с кабинетом социального педагога).

3. В целях информирования учащихся школы № 206 о работе анонимной «Почты доверия» следует разместить по школе несколько объявлений в отведенных для этого местах (Приложение 1), выступить на классных часах с раздачей листовок (Приложение 2), рядом с ящиком прикрепить правила пользования «Почтой Доверия» (Приложение 3)

## **ПОРЯДОК ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ**

1. Информация о функционировании и режиме работы "почты доверия" доводится до сведения участников образовательного процесса через классные часы, родительские собрания, объявления на стенде, листовки.

2. Выемка письменных обращений учащихся производится каждую среду.

3. Доступ учащихся к "ящику доверия" для письменных обращений осуществляется в рабочее время пн.: с 12.00 до 20.00, вт.: с 8.00 до 17.00.

4. После выемки письменных обращений, происходит отбор писем по проблемам и регистрация (экстренных ситуаций), готовятся индивидуальные ответы + проведение экстренных классных часов.

5. Ответы на письмо учащиеся получают каждую пятницу в течение всего дня в кабинете социального педагога.

6. Стоит не забывать о том, что некоторые учащиеся могут привыкнуть к постоянной помощи социального педагога, педагога-психолога и перестать делать самостоятельные волевые усилия в преодолении трудностей. Поэтому, как и в консультировании взрослых людей, помощь должна быть безоценочной; не стоит решать проблему за ребенка - лучше мягко подтолкнуть его на разработку шагов по преодолению сложностей.

Важно, что ни кто-то другой, а сам учащийся контролирует ситуацию так как, получив ответ на свое письмо, школьник может сам решить, будет ли консультирование, начатое в письме иметь продолжение в личной беседе. Имеют значение, и такие преимущества помощи через почту, как ее не явный характер и возможность проецировать на консультанта качества того «идеального взрослого», того «идеального друга», образ которого необходим именно данному школьнику. Все это делает анонимную

«почту доверия» для многих ребят порой единственной возможностью начать разговор о своих тревогах и начать его на собственном языке. Ведь чаще всего сесть за письмо учащихся побуждает острая нужда, накопело на душе, а поделиться не с кем. Пишут в надежде разрешить сомнения и страдания, с уверенностью в том, что его поймут, посочувствуют, придут на помощь и подскажут.

### **Регистрация и учет обращений:**

Учет и регистрация поступивших письменных обращений (экстренных проблем) через "Почту Доверия" осуществляется с помощью ведения журнала учета письменных обращений учащихся, поступивших через "Почту доверия" (далее - Журнал).

1. Листы Журнала должны быть пронумерованы, сшиты, а также должны иметь следующие реквизиты:

- а) порядковый номер обращения;
- б) дата выемки (приема) из "Почты Доверия";
- в) Nickname;
- г) класс обучающегося;
- д) краткое содержание обращения;
- е) отметка о принятых к обращению мерах.

3. Обращения, содержащие нецензурные либо оскорбительные выражения, содержащие угрозы жизни, здоровью и имуществу участников образовательного процесса, разбираются в первом порядке.

### **Ответственность**

Ответственные лица образовательного процесса, работающие с информацией, полученной через "Почту Доверия", несут персональную ответственность за соблюдение требований, установленных для работы с конфиденциальной информацией.

Ответственными лицами за организацию и бесперебойную работу анонимной «Почты Доверия» считаются социальный педагог и педагог-психолог.

### **Итоги апробации**

Практический опыт внедрения технологии анонимного взаимодействия подростков с социальным педагогом и психологом был осуществлён на базе одной из школ г. Новосибирска.

Во время бесперебойной работы анонимной «Почты Доверия» за 2016-2017 учебный год в течение 7 месяцев было

зарегистрировано 146 писем.

Все обращения учащихся условно можно разделить на четыре группы:

1. Проблемы в «детско-родительских» отношениях. Их испытывают 46% подростков (отсутствие взаимопонимания, гиперопека, нехватка внимания, жесткий диктат в семье);

2. Отсутствие взаимопонимания между подростками. Эта проблема преобладает у 27% учащихся;

3. Неумение контролировать эмоциональное состояние. 19% несовершеннолетних испытывают сложности в поиске положительных методов саморегуляции своих эмоций (постоянная тревожность, неуверенность в себе, агрессия на замечания окружающих);

4. Трудности социализации в подростковом возрасте. В образовательном учреждении 8% школьников имеют проблемы взаимодействия с социумом.

Данные показатели исследования позволяют нам судить о том, что «Почта доверия» в школе пользуется спросом у подростков с определенным спектром проблем.

В результате работы анонимной «Почты доверия» все учащиеся получили психологическую поддержку и письменные ответы в форме разнообразных советов и приемов по разрешению существующих проблем, выхода из кризисных ситуаций. Важным аспектом в ее работе является то, что после нескольких анонимных обращений, дети лично стали посещать индивидуальные консультации у социального педагога, не скрываясь «за тайным именем». К тому же стоит учитывать такое главное психолого-педагогическое условие эффективной работы технологии, как отсутствие оценочного мнения социального педагога при составлении письменного ответа на обращения подростков.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что анонимная «Почта доверия» является актуальной технологией работы социального педагога с подростками в современном образовательном пространстве. В настоящее время несовершеннолетние с большим интересом готовы апробировать новые формы социально-педагогической работы с ними, которые отвечают их запросу. Главное, чтобы правила, по которым будет работать та или иная технология, были разработаны/согласованы совместно с ними, тогда

результат и спрос будут положительны.

Безусловным плюсом анонимной «Почты доверия» является возможность работы непосредственно «на ребенка», руководствуясь его запросами и потребностями. К сожалению, зачастую работа сводится к диагностике и коррекции по запросам взрослых на «трудного» ребенка. Мы забываем о том, что у детей могут быть свои личные проблемы, серьезные или не очень, но которые они способны самостоятельно осознавать и по возможности решать.

Пожалуй, это является основным достоинством подобной формы работы. Кроме того, она столь же удобна, сколько и эффективна: повышает мотивацию детей, снижает тревожность, стимулирует к самоанализу, развивает эмпатию и способствует установлению доверительных отношений со взрослым.

### **Перспективы развития**

Стоит принять во внимание тот факт, что анонимная «Почта доверия» пользуется спросом среди подросткового возраста в кризисный период, при наличии спектра социально-психологических проблем. Большая часть учащихся на третий раз своего обращения в почту раскрывали свое тайное имя, не боясь рассказать о своей проблеме и сложности. То есть, изучив какой-либо личный пример из жизни, выполнив некоторые шаги социально-психологической помощи и поддержки, между учащимися и социальным педагогом был снят барьеры взаимодействия и установлен положительный контакт.

Возникает целесообразность введения анонимной «Почты доверия» в работу с родителями (законными представителями) учащихся, которые также испытывают ряд особых психофизиологических трудностей и проблем, касающихся воспитания и развития детей, «детско-родительских» отношений, взаимодействия с педагогами школы, личных комплексов, негативным образом сказывающихся на их детях. Многие родители боятся огласки. Зачастую они готовы поделиться своей проблемой по телефону. В этом есть свои минусы. Во-первых, это материальные средства, необходимые для пополнения баланса телефона: не каждая семья располагает ими в силу социально-экономической ситуации в стране. Во-вторых, это количество времени, необходимое для объяснения проблемы и разъяснения некоторых нюансов. В-третьих,

телефонный разговор напрямую зависит от внешних факторов (наличие шума, отсутствие логики изложения и т.д.).

В таком случае, анонимная «почта доверия» для родителей может стать эффективным инструментом решения существующих проблем. Ведь благодаря ей родители могут спокойно изложить всю суть проблемы на бумаге, найти уединение (остаться наедине с самим собой), что поможет еще раз осмыслить все аспекты проблемы, затем принести в школу в любое время. Таким образом, родители будут информационно просвещены в том или ином вопросе, могут получить рекомендации, без визуального контакта. А главное – изложение проблем на бумаге, в некоторых случаях, это уже решение проблемы. Поделился с кем-либо и на душе стало легче, нормализовался эмоциональный фон, тогда и пути решения проблемы найти проще.

#### **Список использованной литературы**

1. Крайг Г. Бокум Д. Психология развития.-СПб.: Питер, 2004.-940 с.
2. Мудрик А.В. Социализация человека: учеб. пособие. – М.: МПСИ, 2010. – 624 с.
3. Ньюкомб Н. Развитие личности ребенка.- СПб.: Питер, 2003. – 640 с.
4. Профилактика суицидального поведения детей и подростков в образовательном учреждении: Методическое пособие/Научный редактор Н.А. Складнова. – Новосибирск: МКОУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2014. – 150 с.
5. Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. N 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 г. URL:<http://base.garant.ru/70183566/> (дата обращения:28.09.2017).

## Объявление

### Всем! Всем! Всем!

В нашей школе работает анонимная

### «Почта доверия»!

Почтовый ящик находится на 2 этаже, возле кабинета педагога-психолога. Там ты можешь оставить свое обращение (письмо, записку) с вопросами, просьбами, пожеланиями. Указывать имя и фамилию не обязательно, то есть твое послание может быть **анонимным**. Подробная **информация** (ПРАВИЛА) о работе «Почты доверия» вывешена рядом с почтовым ящиком.

Действуй!

**ПОЧТА — это:**

- ❖ Понимание
- ❖ Ответственность
- ❖ Честность
- ❖ Таинственность
- ❖ Анонимность



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b><u>Внимание!!!</u></b></p> <p>Дорогой друг, в нашей школе работает «Почта доверия»!</p> <p>Хочешь посоветоваться</p> <p>Не знаешь, как поступить</p> <p>Проблемы в классе</p> <p>Попал в тупик</p> <p>Расстроен</p> <p>Никто не понимает</p> <p><b>ТЫ НЕ ОДИН – ВЫХОДЕСТЬ!</b></p> <p><u>ПОЧТА</u> это –</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Понимание</li> <li>❖ Ответственность</li> <li>❖ Честность</li> <li>❖ Тайнственность</li> <li>❖ Анонимность</li> </ul> <p>Важно: Указывай класс и тайное имя (nickname) ☺</p> <p><b>Р. Б: Неразрешимых проблем не бывает!</b> ДЕЙСТВУЙ!</p> | <p><b><u>Внимание!!!</u></b></p> <p>Дорогой друг, в нашей школе работает «Почта доверия»!</p> <p>Хочешь посоветоваться</p> <p>Не знаешь, как поступить</p> <p>Проблемы в классе</p> <p>Попал в тупик</p> <p>Расстроен</p> <p>Никто не понимает</p> <p><b>ТЫ НЕ ОДИН – ВЫХОДЕСТЬ!</b></p> <p><u>ПОЧТА</u> это –</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Понимание</li> <li>❖ Ответственность</li> <li>❖ Честность</li> <li>❖ Тайнственность</li> <li>❖ Анонимность</li> </ul> <p>Важно: Указывай класс и тайное имя (nickname) ☺</p> <p><b>Р. Б: Неразрешимых проблем не бывает!</b> ДЕЙСТВУЙ!</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Правила  
работы анонимной  
«Почты доверия»**

Ящик, который ты видишь перед собой – это «Почта доверия». Здесь ты можешь оставить свое обращение (письмо, записку) с вопросами, просьбами, предложениями, пожеланиями.

1. Если хочется что-то сказать, но стесняешься – **напиши!**

2. Указывать имя и фамилию не обязательно, то есть твое послание может быть **анонимным**.

**ГЛАВНОЕ** – укажи класс и тайное имя (nickname) и положи свое послание в конверт, который ты можешь сделать сам (в форме треугольника), затем сбрось письмо в почтовый ящик. Жди ответ.

**Ответы** на письма можно будет получить в пятницу каждой недели. Запомнив свой Nickname, зная класс, ты сможешь забрать свой ответ также в конверте, и никто даже не узнает, что ты воспользовался «Почтой доверия», если только ты сам не захочешь об этом рассказать.

«Почта Доверия» работает 2 раза в неделю – в ПОНЕДЕЛЬНИК с 12.00 до 20.00 и

ВТОРНИК с 8:00 до 17.00.

Выемка писем производится каждую среду.

**P.S: Неразрешимых проблем не бывает!**

**Действуй!**



**Журнал регистрации  
обращений «Почты Доверия»  
МБОУ СОШ № 206**

筆記帳

計画

Ответственные: *Набунская Я.А.*  
*Толмачева И.В.*

