

Программа профилактики девиантного поведения детей и молодежи «Выбор» Республика Северная Осетия – Алания, апробация 2021



☐ ФОРМА	☐ ПЛОЩАДКА РЕАЛИЗАЦИИ	☐ ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА	☐ НАПРАВЛЕННОСТЬ
☐ Программа	☐ СПО	☐ Обучающиеся 15–18 лет и их родители (законные представители)	☐ Профилактика

ЦЕЛЬ:

формирование ответственности у подрастающего поколения за свои поступки; повышение самооценки; формирование навыков управления своими чувствами и эмоциями; выработка у представителей подростково-молодежной среды социально приемлемых форм поведения с последующим закреплением эффективных поведенческих навыков противодействия негативному влиянию окружения в рискованных ситуациях.

АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ:

ГБПОУ «Северо-Осетинский педагогический колледж» г. Владикавказ:

- Тибилова З. К., Колосова С. Г.

[Ссылка на практику в Банке эффективных моделей и практик воспитательной работы и работы по профилактике деструктивного поведения подростков и обучающейся молодежи](#)

ОПИСАНИЕ:

Основные задачи программы:

- сформировать положительную мотивацию и установки, направленные на противостояние нежелательному влиянию среды;
- помочь участникам оценить и скорректировать установки относительно противоправного поведения в целом и своего в частности;
- повысить уровень знаний участников программы об их правах, обязанностях, причинах и последствиях правонарушений;
- выработать у участников эффективные навыки самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния для принятия верных решений.

В программе использованы следующие методы и методики: опрос, деловая игра, ролевая игра, дискуссия, беседа, проблемная лекция.

Программа состоит из 12 занятий с элементами тренинга (продолжительность занятия от 45 до 120 минут) и 1-й тематической встречи с родителями.

Программа содержит конспекты занятий.

ГБПОУ «Северо-Осетинский педагогический колледж»
ЦЕНТР ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

**Программа профилактики девиантного
поведения детей и молодежи
«Выбор»**

Владикавказ 2021

Разработчики: Руководитель центра профилактики девиантного поведения
детей и молодежи ГБПОУ СОПК *Тибилова Зарина Казбековна*
Педагог-психолог центра профилактики девиантного поведения
детей и молодежи ГБПОУ СОПК *Колосова Софья Георгиевна*

Сроки реализации: *октябрь 2021 –ноябрь 2021*

Место реализации: ГБПОУ «Северо-Осетинский педагогический колледж»

Адрес:

362007, РСО-Алания, г. Владикавказ, ул. Кутузова, д. 74А

Телефон:

+7 (8672) 64-10-58

Email:

sopkoll@mail.ru

Руководитель:

ВРИО директора Вареница Анжела Валерьевна

Аннотация

Современная система образования сталкивается с массовыми вызовами проявления деструктивного поведения, что провоцирует острую необходимость разработки эффективных программ профилактики детей и молодежи, включающих в себя также и просветительскую деятельность с родителями.

Создание и реализация настоящей программы актуально в Республике Северная Осетия-Алания, т.к. она направлена на формирование позитивных стрессоустойчивых форм поведения детей и молодежи с одновременным изменением дезадаптивных форм.

Студенчество потенциально является наиболее значимой движущей силой социокультурного изменения. По нравственному состоянию данной социальной группы можно судить о состоянии молодежи и общества в целом.

Студенты педагогических колледжей, будущие педагоги, характеризующиеся возрастными особенностями подростково-юношеского периода, порой сами нуждаются в формировании осознанного «просоциального» поведения, и в то же время должны быть готовы в своей будущей профессиональной деятельности оказывать формирующее воздействие на обучающихся. В связи с этим актуальность разработки программ профилактики деструктивного поведения детей и молодежи для педагогических колледжей повышается, так как будущий педагог должен иметь устойчивую социальную позицию по отношению к деморализации асоциальных форм поведения; владеть методическим инструментарием по реализации профилактической деятельности в образовательной организации.

С учетом вышеизложенного, апробация программы осуществлялась на базе педагогического колледжа. При этом отметим, что программа составлена с учетом возрастных особенностей развития обучающихся, уровня их знаний, умений. И, следовательно, может применяться в практической деятельности педагогов-психологов, классных руководителей, социальных педагогов, а также инспекторов ПДН.

Основные цели программы

1. Формирование ответственности у подрастающего поколения за свои поступки.
2. Повышение самооценки, формирование навыков управления своими чувствами и эмоциями.
3. Выработка у представителей подростково-молодежной среды социально приемлемых форм поведения с последующим закреплением эффективных поведенческих навыков противодействия негативному влиянию окружения в рискованных ситуациях.

Основные задачи программы

1. Сформировать положительную мотивацию и установки, направленные на противостояние нежелательному влиянию среды.
2. Помочь участникам оценить и скорректировать установки относительно противоправного поведения в целом и своего в частности.
3. Повысить уровень знаний участников программы об их правах, обязанностях, причинах и последствиях правонарушений.
4. Выработать у участников эффективные навыки самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния для принятия верных решений.

Целевая группа – обучающиеся 15-18 лет и их родители. Выбор данного возрастного диапазона обусловлен бурным психофизиологическим развитием и перестройкой социальной активности ребенка, что наряду с сепарацией от родителей дает благоприятную почву для развития девиаций различного характера.

Правовое и методическое обеспечение программы

Нормативно-правовое регулирование девиантного поведения подростков в Российской Федерации основано на Конституции РФ¹

Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" от 24.07.1998 N 124-ФЗ устанавливает основные гарантии прав и законных интересов ребенка, предусмотренных Конституцией РФ, в целях создания правовых, социально-экономических условий для реализации прав и законных интересов ребенка².

«Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)³ обеспечивает защиту приоритетного права родителей воспитание детей перед всеми иными лицами; содействие развитию культуры воспитания, ответственного отношения родителей (законных представителей) к воспитанию детей; создание условий для просвещения консультирования родителей по вопросам воспитания, обеспечивая тем самым их социальную, коммуникативную и психолого-педагогическую компетентности.

Основные направления, формы и методы совершенствования и развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, направленные на достижение основных задач в этой сфере, регламентирует Концепция развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений

¹ Конституция Российской Федерации от 12.12.1993г. (в ред.05.02.14)

URL:http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399

² Федеральный закон от 24.07.1998 N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" URL:
http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_386909/57ac57b343deebfcea9b9c83d856896a8750023f/#dst100895

³ Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р

<https://demo.consultant.ru/cgi/online.cgi?req=doc&base=LAW&n=180402#N98N8xSea4pz7gzP1>

несовершеннолетних на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 22 марта 2017 г. N 520-р⁴

Методической основой программы, стал деятельностный подход, предполагающий активное участие субъекта профилактики в образовательной деятельности.

В программе использованы следующие **методы и методики**:

- Опрос
- Деловая игра
- Ролевая игра
- Дискуссия
- Беседа
- Проблемная лекция

Сроки, этапы и алгоритм реализации программы

Реализация программы прошла в 3 этапа:

1-й этап – Диагностический: первоначальное изучение уровня сформированности у обучающихся личностной и социальной компетентности, умения адекватными способами реагировать на критику, самозащиту, сопротивления со стороны других людей, умения противостоять вредным привычкам, решать проблемы социально позитивными средствами.

2-й этап – Собственно реализация программы «Выбор», в ходе которой осуществлено 12 встреч с обучающимися и проведено тематическое родительское собрание.

3-й этап

– Мониторинг динамики развития таких показателей, как:

- ✓ сформированность у обучающихся личностной и социальной компетентности;
- ✓ умение адекватными способами реагировать на критику, корректно самозащищаться;
- ✓ адекватность восприятия противоположного мнения;
- ✓ умение противостоять вредным привычкам, решать проблемы социально позитивными средствами.

– Рефлексия эффективности программы.

– Корректировка программы с учетом достигнутых результатов.

⁴ Распоряжение Правительства РФ от 22.03.2017 N 520-р (ред. от 18.03.2021) <Об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2025 года>
<https://demo.consultant.ru/cgi/online.cgi?req=doc&ts=k1jU8xSySIeOj9mx&cacheid=39B41DD12B61E04AA20D51DE1BAFEB80&mode=splus&base=LAW&n=380029&rnd=3A16BE67C1E7025D8775D11C4394FF91#xXsU8xSmiMhidzb41>

Программные мероприятия

Программа состоит из 12-ти занятий с элементами тренинга (продолжительность занятия от 45 до 120 минут) и 1-й тематической встречи с родителями.

Занятия способствуют усвоению норм поведения, выработке навыков общения. Знания, полученные в процессе освоения материала, должны убедить участников в том, что только они сами, их собственные мысли, чувства и действия, способность оценить других, понять и выразить себя через общение являются путем к успешной социализации.

Вводное родительское собрание «Проблема девиантного поведения детей и молодежи»

Цель: Познакомить родителей с проблемой девиантного поведения и методами его профилактики.

Ход собрания:

1. Вводная часть

Здравствуйте, уважаемые родители! Тема сегодняшнего родительского собрания: "Проблема девиантного поведения у подростков". Прежде чем начать, давайте познакомимся с понятием девиантного поведения.

2. Основная часть

Девиантное или отклоняющееся поведение – это система поступков или отдельные поступки человека, не соответствующие правовым, моральным, нравственным и эстетическим нормам, принятым в том или ином обществе.

К объективным факторам формирующим девиантное поведение относят три основные сферы жизнедеятельности: **семья, школа и референтная группа.**

Рассмотрим распространенные факторы **семейной сферы:**

- неполная семья — отсутствие одного из родителей;
- деструктивная семья — характеризуется отсутствием взаимности в эмоциональных контактах, отрицательными эмоциональными состояниями;
- кризисная или распадающаяся семья — характеризуется наличием конфликтной ситуации, супруги занимают непримиримые позиции по отношению друг к другу, но продолжают жить вместе;
- распавшаяся семья — семья, в которой один из родителей сохраняет контакты с семьей, но живет отдельно от нее;

Такие семьи сами по себе не формируют девиантных подростков, но создают неблагоприятный фон, который может способствовать возникновению различных девиаций.

Таким образом, семейная атмосфера, условия развития и воспитания, уровень образования в семьях учащихся могут выступать в качестве предусловия семейного неблагополучия и далее фактора риска возникновения отклоняющегося поведения.

По нашим данным, в числе участников программы: 88% учащихся – из рабочих семей, материальный уровень – низкий (около 31 % семей находятся на грани бедности). В литературе широко анализируются различные аспекты влияния семьи на подростка.

Референтная группа (от латинского *refere* – «сопоставлять»)

Наряду с влиянием важнейших институтов социализации семьи и школы, значимым фактором в формировании девиантных форм поведения является сфера межличностных отношений. Здесь речь идет, прежде всего, о контактах подростков со сверстниками (в структуре группы, дворовой компании и т. п.). Референтная группа становится «ведущим механизмом социализации», и именно она дает возможность удовлетворить характерную для подростков потребность в общении и, главное, позволяет самоутвердиться.

Однако утрата связи с системой позитивно ориентированных отношений в различных коллективах (класс, секция) способствует попаданию подростка в асоциальные стихийные группы с особой иерархией отношений, своими нормами и ценностями.

Таким образом, выраженная потребность подростка в общении со сверстниками (возрастные закономерности, «реакция группирования» по А. Е. Личко) и невозможность реализовать данные потребности в системе взаимоотношений с одноклассниками способствует вовлечению подростка в неформальные группы. В итоге неформальная группа может выступать звеном в цепи неблагополучия, следующим за неблагополучной семейной ситуацией и школьной дезадаптацией.

Субъективные факторы

К субъективным факторам относят те **индивидуально-психологические особенности личности** подростков, которые служат предпосылками различных асоциальных форм поведения. Мы выделяем следующие:

- нарушение адаптационного потенциала: несформированность коммуникативных навыков, непринятие моральных норм и правил, принятых в обществе, неумение регулировать собственное поведение;
- несформированность самооценки (заниженная или завышенная самооценка), тревожность;
- нервно-психическая неустойчивость;
- акцентуации характера.

Формы девиантного поведения:

Пьянство и алкоголизм- Между этими понятиями существуют различия. Алкоголизм характеризуется патологическим влечением к спиртному и последующей социально-нравственной деградацией личности. Пьянство - это

неумеренное потребление алкоголя, которое наряду с угрозой здоровью личности нарушает ее социальную адаптацию.

Наркомания и токсикомания. **Токсикомания** - это заболевание, вызванное потреблением токсических веществ, т.е. таблеток транквилизаторов, кофеина, полученного от крепкого чая - чифирия, вдыханием ПАВ (психотропно-активные вещества). В состоянии «опьянения», кроме эйфории, возникают зрительные галлюцинации.

Под **наркоманией** понимают болезненные влечения, пристрастия к систематическому употреблению наркотиков, которые приводят к тяжелым нарушениям психических и физических функций.

Проституция. Под проституцией понимается систематическая деятельность по оказанию сексуальных услуг за плату. Особенно опасно вовлечение в проституцию несовершеннолетних. Основной причиной проституции среди девочек и мальчиков подросткового возраста является их желание заработать, совмещенное со стремлением к «красивой жизни».

Суицидальное поведение. Суицид - это намеренное лишение себя жизни или попытка к самоубийству. Суицид - вид деструктивного саморазрушающего поведения, к которому относятся пьянство, потребление наркотиков. Количество и уровень самоубийств возрастает в периоды экономического кризиса и безработицы. Поток информации, стрессы и суперстрессы, конфликты, низкий социальный статус - достаточно частые явления, все это часто служит толчком к самоубийствам.

Правонарушения. Все правонарушения делятся на преступления и проступки. **Преступления** - общественно опасное деяние, предусмотренное уголовным законом, совершенное с умыслом или по неосторожности вменяемым лицом, достигшим возраста уголовной ответственности. **Проступок** - это тоже противоправное и виновное деяние, но не представляющее большой общественной опасности. Правонарушения в форме проступка проявляются у подростков в вызывающей манере поведения, сквернословии, драчливости, мелком воровстве, пьянстве, бродяжничестве.

- В продолжение нашей встречи, уважаемые родители, предлагаю вам рассмотреть типы девиантного поведения:

1) Преступное (криминальное) или делинквентное поведение - отклоняющееся поведение, в крайних своих проявлениях представляющее уголовно наказуемое деяние. Отличия делинквентного от криминального поведения коренятся в тяжести правонарушений, выраженности антиобщественного их характера. Правонарушения делятся на преступления и проступки. Суть проступка заключается не только в том, что он не представляет существенной общественной опасности, но и в том, что отличается от преступления мотивами совершения противоправного действия.

2) Аддиктивное поведение - стремление к уходу от реальности, страх перед обыденной, наполненной обязательствами и регламентациями «скучной»

жизнью, склонность к поиску запредельных эмоциональных переживаний даже ценой серьезного риска и неспособность быть ответственным за что-либо.

3) Патохарактерологический тип поведения - обусловлен патологическими изменениями характера, сформировавшимися в процессе воспитания. К ним относятся так называемые расстройства личности (психопатии) и явные, выраженные акцентуации характера.

4) Психопатологический тип поведения - основывается на психопатологических симптомах и синдромах, являющихся проявлениями тех или иных психических заболеваний.

5) Девиации, обусловленные гиперспособностями человека - обусловлены гиперспособностями человека, выходящими за рамки обычного, нормального, способности которого значительно и существенно превышают среднестатистические способности, проявление одаренности, таланта, гениальности в какой-либо одной из деятельности человека

В ходе собрания проводится анкетирование.

Анкета для родителей «Отклоняющееся поведение подростка», заполнив которую родители самостоятельно анализируют результаты анкеты.

Если по четырём или более пунктам есть положительные ответы, можно говорить о склонности подростка к отклоняющемуся поведению.

Анкета для родителей «Отклоняющееся поведение».

1. Какие формы поведения Вы назвали бы отклоняющимися от нормы?

- Нарушение правил поведения в школе (срывы уроков, прогулы, отказ от выполнения заданий)
- Побег из дома
- Грубость, сквернословие
- Употребление алкоголя, пьянство
- Курение
- Раннее начало половой жизни
- Хулиганство
- Унижение других
- Воровство
- Неподчинение, критика взрослых
- Ношение «вызывающей» одежды
- Отрицательное отношение к учёбе
- Драки, нанесение телесных повреждений
- Употребление наркотиков
- Что-то ещё

2. Какие из них Вы считаете наиболее распространёнными среди сверстников ваших детей (назовите соответствующие номера ответов из первого вопроса)?

3. **Сколько, примерно, времени в день Ваш ребёнок (или Ваши дети) предоставлен(-ы) самому себе?**

- Не более 1 часа
- 2-3 часа
- 4-5 часов
- 6-8 часов
- Более 8 часов
- Затрудняюсь ответить

4. **Что обычно делает Ваш ребёнок в свободное от учёбы время?**

5. **Что, с Вашей точки зрения, является основными причинами отклоняющегося от нормы поведения?**

- Стремление получить сильные впечатления
- Заболевания ребёнка

6. **К какому из специалистов Вы обратились бы в первую очередь за помощью, если бы у Вашего ребёнка появились проблемы в поведении?**

- Классному руководителю
- Школьному психологу
- Социальному педагогу
- Психотерапевту
- Инспектору по делам несовершеннолетних
- Врачам
- Справились бы самостоятельно
- К кому-то ещё
- Затрудняюсь ответить

7. **Возникают ли у Вас опасения, что Ваш ребёнок может попасть в плохую компанию?**

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

8. **Если Вы опасаетесь, что вызывает Ваши опасения?**

Предлагаемая анкета поможет определить взаимоотношения в семье, выявить семейные конфликты и наметить пути их устранения. Саму ценность представляют прямые ответы на вопросы, а не система оценивания.

Заключительная часть встречи с родителями.

– Завершая родительское собрание, я расскажу о профилактической Программе, которая должна решить следующие задачи:

1. Развитие качеств личности подростка, способствующих успешной социализации;
2. Развитие социальных умений и социальной активности подростков;
3. Развитие жизненных умений.
4. Развитие познавательных способностей и креативности.

5. Творческое структурирование свободного времени.
6. Правовое оснащение.
7. Развитие адаптационных способностей.
8. Позитивное программирование будущего.
9. Создание альтернативного круга общения и интересов.
10. Удовлетворение ведущих психологических потребностей подростка.

Далее родителям были даны советы и рекомендации:

1. Цените откровенность детей, искренне интересуйтесь их проблемами.
2. Общайтесь на равных, тон приказа срывает не в Вашу пользу.
3. Не подшучивайте над детьми, не высмеивайте их чувства. Постарайтесь отнестись к своим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.
4. Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что Ваша грубость вызовет ответную реакцию!
5. Не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным тоном, тем самым Вы унижите его самого. Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чем плохом. Пригласите его (ее) подругу (друга) к себе, познакомьтесь – это позволит Вам получить объективное, а не голословное представление о том, с кем общается Ваш ребенок.
6. Позвольте подростку самостоятельно разобраться в объекте своей привязанности, и если у него наступит разочарование в своих чувствах, пусть оно исходит не от Вас, а от него самого. Он почувствует, что способен самостоятельно разбираться в ситуации.
7. Помните, что, с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь с множеством проблем, а с другой – стремится оградить свой внутренний мир интимных переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения – и он имеет на это полное право!

Не думайте, что Вы воспитываете ребёнка только тогда, когда с ним разговариваете, поучаете его или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома! (А.Макаренко)

По окончании встречи родителей ознакомили с расписанием и кратким содержанием предстоящих занятий с их детьми. Был произведен обмен контактами с руководителями программы, а также состоялись индивидуальные беседы тет-а-тет, где некоторые родители поделились своими проблемами во взаимоотношениях с детьми.

Занятие 1

Знакомство

Цель: установление эмоционального контакта. Сплочение взаимоотношений.

Ход занятия

1. Знакомство.

Здравствуйте! На наших встречах мы будем корректировать черты характера, которые нас не устраивают, учиться познавать себя; использовать свои возможности в повседневной жизни.

Каждый представляет себя, а затем поочередно называют имена участников.

Посмотрите, сколько людей вокруг вас! Все они чем-то похожи, но в то же время и отличаются друг от друга. В первую очередь мы обращаем внимание на внешние признаки человека (пол, одежда, рост, внешность). Но ведь среди нас есть ещё люди добрые и злые, храбрые и трусливые, честные и подлые. Эти качества снаружи не видны. Они проявляются в поведении человека, в отношении к окружающим. Такие скрытые, внутренние качества человека называются психическими качествами (свойствами, чертами), их изучает психология.

2. Анкетирование. Оцените свои знания о себе.

Утверждения

+3+2+1 0-1-2-3

Утверждения

Я изучаю свои возможности

Я не изучаю свои возможности

Я знаю свои черты характера

Я не знаю свои черты характера

Я знаю свои физические данные

Я не знаю свои физические данные

Я знаю свой тип темперамента

Я не знаю свой тип темперамента

Я умею справляться со своими эмоциями

Я не умею справляться со своими эмоциями

Я хочу познавать себя, свои возможности

Я не хочу познавать себя, свои возможности

Я хочу, чтобы меня учили пользоваться своими положительными качествами

Я не хочу, чтобы меня учили пользоваться своими положительными качествами

3. Обсуждение и принятие правил группы

Ведущий: «Назовите любые слова, которые ассоциируются у вас со словом «игра». (Участники предлагают свои варианты)

Правила — это мера ответственности и вознаграждения каждого.

Перечень правил:

- 1) Доверительный стиль общения («нет» насмешкам и издевкам).
- 2) Общение по принципу «здесь» и «сейчас» (обсуждение того, что происходит в данный момент времени).
- 3) Персонификация высказываний (отказ от безличной речи).
- 4) Недопустимость непосредственных оценок (оцениваем не человека, а действия).
- 5) Уважение к говорящему (не перебиваем, вопросы после выступления).
- 6) Активность (даже если упражнение покажется неинтересным, нужно работать, не нарушая цепь).
- 7) Искренность (если нет желания говорить честно, молчим).
- 8) Говорим за себя (не обобщаем свое суждение и не говорим за других).
- 9) Группа всегда права (санкции применяются по решению большинства участников).

Участники записывают правила, думают и обсуждают их.

4. Рефлексия.

Занятие 2 **«Я имею право»**

Цель: формирование понятия о правах личности как основы адекватного взаимодействия с окружающими.

Задачи

- рассмотреть понятие личных прав человека;
- найти взаимосвязь между чувством уверенности в себе и поведением человека;
- сформировать у обучающихся позицию уважения к своим правам и правам других людей.

Ход занятия

1. Вводная часть.

В повседневной жизни мы часто сталкиваемся с грубостью, неуважением к другому человеку. Это могут быть грубые слова, злая шутка, иногда физические действия (толкнули, задели). Порой человек делает это случайно, а иногда — намеренно. Из-за чего же человек может сознательно желать обидеть или унижить другого человека, даже незнакомого, еще не успевшего ничего ему сделать?

Обсуждение. Почему человек может вести себя грубо? С чем связано уверенное, неуверенное и грубое поведение? Что значит «качать права», как это выглядит в поведении?

2. Основная часть. Упражнение «Скульптура».

Выполняется в группах по 6-8 чел. Каждая группа должна вылепить скульптуру человека: *уверенного* или *неуверенного*. Фигура «лепится» из одного из участников, которому все участники группы придают необходимую позу, показывают мимику. Затем каждая группа выбирает «экскурсовода», который будет демонстрировать «скульптуру» другим группам и рассказывать, что и как она выражает. «Экскурсанты» (члены других групп) могут соглашаться или не соглашаться, вносить свои коррективы.

Итак, уверенное поведение человека обусловлено уверенностью в себе, точнее, *уверенностью в своих правах*. Существуют личные права, которыми каждый человек может пользоваться для защиты при разрешении всевозможных конфликтов. Эти права отличаются от юридических. За защитой своих личных прав мы не вправе обратиться к закону, а можем рассчитывать только на себя и свои собственные возможности. Соблюдение этих прав гарантируется только одним — *равенством всех людей*. То есть, если ты нарушаешь чьи-то личные права, то точно так же будут нарушены и твои права.

Личные права могут быть любыми. Но они должны соответствовать двум критериям:

1. Твои права не должны ущемлять права других людей.
2. Осуществление этих прав должно зависеть не от других людей, а от тебя самого.

Личные права появляются у человека с момента рождения и сохраняются до самой смерти. Заявляя о своих правах, надо помнить: точно такие же права есть и у всех остальных людей. Учитесь уважать личные права других так же, как вы хотите, чтобы уважали ваши.

Упражнение «Декларация прав». Выполняется в группах по 6-8 чел. Составьте список того, на что вы имеете право, и того, что вы никогда не обязаны делать. Соблюдайте критерии! На выполнение дается 10-12 минут. Затем зачитайте свои декларации всей группе и выберите лучшую.

Вы имеете право:

- иногда ставить себя на первое место;
- просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- протестовать против несправедливого обращения или критики;
- на свое собственное мнение и убеждения;
- совершать ошибки, пока не найдете правильный путь;
- предоставлять людям решать свои собственные проблемы;
- не обращать внимания на советы окружающих и следовать своим собственным убеждениям;
- говорить «нет, спасибо», «извините, НЕТ», если что-то вам не подходит или не нравится;
- побыть одному(ой), даже если другим хочется вашего общества;
- на свои собственные чувства — независимо от того, понимают ли их окружающие;
- менять свои решения или избирать другой образ действий;
- добиваться перемены договоренности, которая вас не устраивает.

Вы никогда не обязаны:

- быть безупречным(ой) на 100%;
- следовать за толпой;
- любить людей, приносящих вам вред;
- делать приятное неприятным людям;
- извиняться за то, что были самым(ой) собой;
- чувствовать себя виноватым за свои желания;
- мириться с неприятной ситуацией;
- жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;
- сохранять отношения, ставшие оскорбительными;
- делать больше, чем вам позволяет время;
- делать что-то, что на самом деле не можете сделать;
- выполнять неразумные требования;
- отдавать что-то, что на самом деле не хочется отдавать;
- нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения;
- отказываться от своего «я» ради кого бы то или чего бы то ни было;

Заявляя о своих правах, будьте готовы к тому, что иногда их придется отстаивать. Многие люди до сих пор с трудом осознают, что другой человек может решительно отказать им в ответ на их притязания, нелегко смиряются с невозможностью «психологически давить» на человека, то есть заставлять его делать то, что им угодно.

Составьте свою собственную «Декларацию прав» — но обязательно помня о критериях. Не позволяйте другим людям манипулировать и играть вами с помощью слов «должен», «обязан», «виноват».

3. *Заключение.* Знание своих прав способствует обретению уверенности в себе и взаимодействию с другими людьми «на равных».

Обсуждение

1. В чем причина уверенного, неуверенного и грубого поведения?
2. Что такое личные права и каковы их критерии?
3. Приведите примеры личных прав человека.
4. Для чего нужно знать свои личные права?

4. *Рефлексия*

Занятие №3. **«Профилактика правонарушений»** **(совместно с ПДН)**

Основные цели тренинга:

1. Формирование ответственности у подростка за свои поступки.
2. Повышение самооценки, формирование навыков управления своими чувствами и эмоциями.

Основные задачи:

1. Повысить уровень знаний участников об их правах, обязанностях, причинах и последствиях правонарушений.

2. Вовлечь подростков в позитивную деятельность, адекватную их интересам, способностям и психическому состоянию, способную отвлечь их от совершения правонарушений.

Ход тренинга

1. Вводная часть

– Ребята, на прошлой встрече мы с вами говорили о том, что у каждого из нас есть права, которые мы можем и должны отстаивать всегда. Но сегодня я хотела бы обратить ваше внимание на то, что кроме прав у нас есть еще и обязанности, и одна из них – НЕ НАРУШАТЬ ПРАВА ДРУГИХ.

Итак, сегодня мы будем говорить о профилактике правонарушении.

2. Основная часть.

Упражнение №1 «Что я выиграю / что я потеряю»

– Совершив правонарушение, человек знает последствия, но рискует, видя какой-то плюс для себя.

Ведущий предлагает разделить участников на группы. При малом количестве участников возможно проведение упражнения в виде «мозгового штурма», без деления на группы.

Каждой группе предстоит ответить на два вопроса: «Что я выиграю от совершения правонарушения?», «Что я потеряю от совершения правонарушения?». Варианты ответа записываются на отдельных листах. Для рассмотрения предлагается конкретная ситуация неправомерного поведения, например, «кража мобильного телефона», «хулиганство в общественном транспорте», «избиение одноклассника» и др.

На выполнение упражнения дается 5-7 минут. Затем результаты работы групп обсуждаются в рамках вопроса «Если правонарушение совершается, какие последствия это влечет для совершившего правонарушение?». Выслушиваются все возможные варианты ответов. Создаются свои групповые определения последствий.

Упражнение №2 «Письмо негодованию»

Ведущий дает установку: «Попробуйте написать письмо своему негодованию, попытайтесь рассказать ему как вам с ним приходится уживаться; как вам живется с ним и как вам живется без него. Попробуйте оценить, какую пользу и какой вред приносит негодование, а также постарайтесь оценить, как негодование может влиять на ваши отношения с другими людьми».

Самостоятельная работа участников по выполнению установки ведущего. По окончании упражнения можно, при согласии участников, прочитать «письма негодованию».

Упражнение №3 *Групповая дискуссия «Ответ за поступки»*

В дискуссии ведущий предлагает вспомнить ситуации, которые участники могли видеть по телевидению, когда героем или группой лиц. преступался закон. Далее организуется групповое обсуждение данной ситуации по вопросам: Что в данном случае нарушалось? Почему? Каков был исход?

При этом ставится задача – попытаться образовать диалог среди участников тренинга и оценить поступок как со стороны уголовного наказания, так и в свете общественного осуждения.

Упражнение №4 *«Сказка»*

Ведущий тренер предлагает ребятам разделить на две группы и сочинить сказку о Тридевятом государстве, в котором бы жили король и королева и их народ.

Перед каждой группой устанавливается определенная задача. Первая группа пишет сказку, где существуют законы и как они соблюдаются. Вторая группа сочиняет сказку, где законов вовсе нет или они совершенно не соблюдаются, – о «государстве беззакония». На работу отводится 10-15 минут. Каждая группа презентует свою сказку. Затем следует обсуждение. Ребятам предлагается ответить на вопросы:

В какой стране народу жилось лучше? Почему?

Нужно ли контролировать исполнение законов? Для чего?

Нужны ли законы вообще? Какова их роль?

Упражнение №5 *«Мне нравится в тебе...»*

Ведущий организует взаимодействие участников: «Встаем в круг, а один из нас (по желанию) – в середину круга. Каждый из нас, кто стоит в круге, скажет что-нибудь хорошее о качествах характера и поступках того, кто стоит в центре, начиная со слов «Мне нравится в тебе...». Нужно предоставить возможность поучаствовать всем желающим.

После проигрывания важно обсудить как участники себя чувствовали, стоя в центре круга.

3. *Заключение*

В заключении ведущему необходимо сказать, что других людей нужно принимать такими, какие они есть. Не стоит предвзято относиться к тем людям, которые отличаются от вас, ведь мы все индивидуальны.

4. *Рефлексия*

Занятие 4

«Слышу других – слышу себя»

Цель: формирование в подростках способности к самоанализу; развитие самораскрытия, самопознания, умения анализировать и определять психологические характеристики – свои и окружающих людей.

Задачи:

- установить тесный межличностный контакт между участниками занятия;
- получить обратную связь;
- развивать умение анализировать характер другого человека;
- овладеть умением объективно осознавать своих личностные положительные и отрицательные качества и пристрастия.
- развивать навыки анализа личностных качеств окружающих через их поступки и привычки.

Ход занятия

1. Вводная часть. Упражнение “Что в имени тебе моём?”.

- Без чего человек не может жить?
- В воде не тонет, в огне не горит, в земле не гниет?

Конечно это имя человека. Напишите свое имя крупными красивыми буквами. От каждой буквы вашего имени вниз столбиками напишите слово, которое начинается с одной из букв вашего имени и характеризует вас.

- Что означает ваше имя?
- Какие качества зашифрованы в нем?
- Нравится ли вам ваше имя?
- Когда у вас именины?

2. Основная часть. Упражнение «Кто я?»

– У каждого человека есть собственная теория о том, что делает его уникальным, отличает от других людей. При этом возникает вопрос: «Разделяют ли другие мою точку зрения?»

Участникам предлагается разделить лист бумаги на три графы по вертикали:

- в 1-й графе ответить на вопрос: «Кто я?» Для этого быстро написать 10 слов-эпитетов, писать следует в том порядке, в каком они приходят в голову;
- во 2-й графе написать, как на этот же вопрос ответили бы их родители, знакомые (любой значимый другой);
- в 3-й графе на тот же вопрос отвечает кто-то из группы. Для этого все кладут свои подписанные листочки на стол, они перемешиваются, затем каждый, не глядя, берет листочек со стола и пишет о том человеке, чей листочек ему попался. Затем листочки снова складываются на стол, и каждый забирает свой.

При обсуждении результатов данной процедуры можно обратить внимание на следующие аспекты:

- повторяется ли какое-либо качество, слово во всех трех графах;

- о чем это может говорить (например, об открытости человека в общении);
- насколько хорошо человек сам себя знает (количество слов в 1-й графе);
- отношение к самому себе (соотношение позитивных и негативных эпитетов);
- совпадают или не совпадают Я-концепция и представления других об этом человеке;
- из чего складываются представления других о человеке (обсуждение вопроса ответственности человека за презентацию себя другим людям) и т.д.

3. Рефлексия.

Занятие 5 **«Мои эмоции»**

Цель: выявить и дать знания о характере эмоций и основе эмоциональных ощущений, научив выражать эмоции социально приемлемыми способами.

Ход занятия

1. Вводная часть. Человек в своей жизни плачет и смеется, злится и радуется, бывает охвачен гневом или восторгом, страхом или яростью. Эти переживания называются эмоциями.

У животных также бывают эмоции. Вы видели кошку, которая выгнув спину, топорща усы и подняв хвост вверх, шипит на собаку.

Эмоции различаются по характеру: при этом почти у всех имеется противоположная: уверенность – тревожность; радость – горе; защищенность – страх; наслаждение – страдание; счастье – несчастье; радость – досада.

Особо сильные проявления эмоций – аффект, стресс, шок, паника, страсть, отчаяние и т.д.

Чувства – это высший уровень эмоций, отвечающий потребностям людей.

Наше «Я-эмоциональное» складывается из следующих эмоциональных ощущений:

- Чувство защищенности, значимости в своем круге общения, отсутствие тревожности, страха, вражды со стороны окружающих (Я защищен);
- Уверенности в способности к той или иной деятельности, чувство наслаждения успехом, отсутствие боязни поражения, злости и т.д. (Я способен);
- Чувство успеха, уверенности в общественном признании, дружбы, симпатии (Я нравлюсь);

2. Основная часть.

Упражнение “Эмоции в мимике”.

Наибольшее значение для выражения эмоций имеет лицо, а на лице глаза и рот. Используя условные обозначения эмоциональных состояний, нарисуйте своё состояние.

- нейтральное
- счастье
- жестокость
- страдание

Человек имеет право на любую эмоцию. Но формы проявления эмоций должны быть человеческими, отвечать общепринятым правилам приличия.

Рекомендации по управлению эмоциями (своими и других людей):

- *Уважайте чувства других.*
- *Проявите терпимость к чьей-то бурной эмоции.*
- *Поощряйте в других желаемое для вас поведение.*
- *Откажитесь от негативной борьбы за лидерство (от конфликтов, грубости, агрессии).*
- *Нейтрализуйте желание отомстить, т.к. подобная эмоция разрушительна для человека.*

Если вами овладела сильная эмоция, то:

- Попросите помощи.
- Сядьте и поплачьте (дайте выход эмоциям).
- Сделайте перерыв, посчитайте про себя, подумайте о чём-либо приятном.
- Побегайте, дайте себе физическую нагрузку.
- Внушайте себе, что всё не так плохо.
- Выясните, как успокаивают себя в этом случае другие, попробуйте делать то же.

Игра «Угадай эмоцию».

Вывешивается плакат со схематичным изображением эмоций, без указаний состояний человечков. Участники угадывают, какие эмоции изображены на плакате.

Игра «Изобрази эмоцию»

Эмоции можно выражать с помощью движений, мимики, жестов, интонации. Необходимо подготовить карточки, на которых будет написана та или иная эмоция. Каждый из ребят по очереди достаёт из конверта карточку и пытается изобразить доставшуюся ему эмоцию без слов. Остальные должны угадать, что это за эмоция.

3. Рефлексия.

Занятие 6 «Карта желаний»

Цель: дать знания о теоретических основах мотивов и потребностей, повысить уровень самооценки учащихся.

Ход занятия

1. Вводная часть. В психологии понятие «желание» тесно связано с понятием потребностей. Давайте остановимся на одной из самых популярных теории о потребностях – теории А. Маслоу.

Теория потребностей Маслоу. Теория А. Маслоу основана на трех основных положениях - иерархии потребностей, принципе дефицита и принципе прогрессии.

Теория Маслоу позволяет осознанно строить управление поведением человека на основе анализа степени удовлетворенности его потребностей, и потому ее использование является важнейшим инструментом деятельности менеджера. За время ее использования был сделан ряд уточнений к теории, важнейшими из которых являются:

- по Маслоу, переход к потребности более высокого уровня происходит, если потребность предыдущего уровня удовлетворена на 100%; современные психологи считают, что этот процент меньше - порядка 70% и даже менее;
- иерархия потребностей конкретного человека во многом определяется уровнем развития его психики, она меняется от человека к человеку и различна у одного человека в различные периоды его жизни.



Рис. 1. Пирамида потребностей А. Маслоу

2. Основная часть. Упражнение «Каким я хочу быть».

Каждому участнику раздается лист бумаги, где они пишут мини-сочинение на тему «Каким я хочу быть».

Упражнение «Коллаж». Каждому участнику предоставляется возможность из открыток, вырезок из журналов составить коллаж на тему «Мои мечты». В

последующем данный коллаж вешается на видное место и по достижению целей и исполнения желаний можно вычеркивать их из коллажа.

3. Рефлексия.

Занятие 7 **«В здоровом теле – здоровый дух»**

Цель: дать знания о различии физического и психического здоровья, обучить методам выхода из стрессовой ситуации, сформировать навыки уверенного поведения в момент стресса.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Здоровье – это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Признаками здоровья являются:

- устойчивость к действию повреждающих факторов;
- показатели роста и развития в пределах среднестатистической нормы;
- функциональное состояние организма в пределах среднестатистической нормы;
- наличие резервных возможностей организма;
- отсутствие какого-либо заболевания или дефектов развития;
- высокий уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок.

Факторы риска для здоровья: гиподинамия, нерациональное питание, психическое перенапряжение, курения, употребление алкоголя и ПАВ

Признаки психического здоровья:

1. уважение к себе;
2. умение переживать неудачи;
3. уверенность в себе и своих силах;
4. стрессоустойчивость;
5. качество взаимоотношений с другими людьми.

Ставшее в последнее время столь модным слово стресс пришло к нам из английского языка и в переводе означает нажим, давление, напряжение. Энциклопедический словарь дает следующее толкование стресса: «Совокупность защитных физиологических реакций, возникающих в организме животных и человека в ответ на воздействие различных неблагоприятных факторов (стрессов)».

Как человеческий организм реагирует на стресс?

• Стрессоры вызывают реакцию тревоги и страха. Человек сознательно или подсознательно старается приспособиться. Человек либо адаптируется, обретая

равновесие, либо не адаптируется. Иными словами, стресс либо достаточно долго продолжается (ожидание экзаменов), либо возникает непосредственно перед экзаменом или на самом экзамене.

- Пассивность. Она проявляется у человека, адаптационный резерв которого недостаточен и организм не способен эффективно противостоять стрессу. Возникает состояние беспомощности, безнадежности, депрессии. Но такая стрессовая реакция может быть проходящей.

- Активная защита. Человек меняет сферу деятельности (спорт, музыка, хобби).

- Активная релаксация, которая повышает как психическую, так и физическую природную адаптацию.

Общие принципы борьбы со стрессом:

1. научитесь по-новому смотреть на жизнь;
2. учитесь радоваться жизни
3. регулярно занимайтесь физическими упражнениями;
4. стремитесь к разумной организованности;
5. учитесь быть терпимыми и снисходительными к себе и окружающим;
6. сосредоточьтесь на настоящем;
7. питайтесь правильно;
8. высыпайтесь.

Способы быстрого снятия стресса:

1. физические упражнения;
2. отрыв от повседневности;
3. массаж.

2. Основная часть. Релаксационное упражнение «Луг-лес-река-луг»

Ведущий. Закройте глаза, сядьте удобнее, руки положите свободно на колени. Слушайте только то, что я вам говорю. Сконцентрируйтесь на моем голосе. Сделайте три глубоких вдоха, вдыхайте и выдыхайте спокойно, не напрягаясь. Вдох носом, выдох ртом, губы при этом чуть приоткрыты. Вы слышите только мой голос. Посторонние мысли пролетают мимо. Уберите своего внутреннего критика, он не должен вам мешать слышать мой голос. Дыхание спокойное и размеренное, покой — покой — покой.

Представьте, что вместе с воздухом в грудную клетку попадает, частичками, «добрая» энергия. Чистая, светлая, теплая. С каждым вдохом ее больше, энергия — клубок желтых ниток. Почувствуйте ее тепло, почувствуйте тепло в груди, оно ниточками проникает во все точки тела, эти лучики согревают своим теплом. Вам уютно, приятно, комфортно, тепло, вы отдыхаете. Вдох — выдох.

Концентрируйтесь на выдохе.

А теперь представьте, что вы — на лугу, залитом светом солнца.

Смотрите, вслушайтесь, что за звуки, почувствуйте запах, что это за запах. Цветы, какие они — цвет, форма, большие — маленькие — запах. Идите, идите по лугу. Вы идёте по дороге, что это за дорога — узкая — широкая, извилистая — прямая, что под ногами — трава — песок — щебень — асфальт, что чувствуете. Лес — вы заходите в него. Запах, звуки, какие деревья. Вы в лесу. Дорога, тропа выводит из леса. Вы у реки. Какая она — широкая — узкая, глубокая — мелкая. Вы

входите в воду, холодная — теплая. Почувствуйте, что вы ощущаете. Переходите реку. Снова — луг. Какой это луг? Запах — цветы — ветерок. Что за аромат и свежесть... А теперь на счет три, каждый откроет глаза. На счет три — раз, два, три — открыли глаза.

Задание — изобразите в цвете то, что каждый увидел.

Происходит обсуждение: какие ощущения от выполнения упражнения?

3. Рефлексия.

Занятие № 8

Беседа «Цена привычки»

Цель: профилактика зависимого поведения у подростков группы риска.

Задачи:

способствовать предупреждению формирования у подростков вредных привычек;

развивать у участников осознанное неприятие к вредным привычкам;

формировать у обучающихся потребность в ЗОЖ, ответственности за своё здоровье.

Форма проведения: беседа.

Оборудование: листы бумаги, ручки (для теста).

Ход занятия:

Вступительная часть

Ведущий: На прошлом занятии мы говорили о важности сохранения здоровья и пришли к выводу, что здоровье – это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Все чаще в обществе обсуждаются проблемы различных зависимостей. Самые распространенные из них – это курение, злоупотребление алкоголем и наркотическими веществами; и сильно распространенная в настоящее время зависимость от Интернета. Поэтому сегодня мы поговорим о том, как формируются зависимости и какие последствия они имеют.

2. Основная часть:

Ведущий: Что такое привычка? (ответы подростков)

В жизни любого человека существует ряд автоматических, постоянно повторяющихся действий. Именно их мы привыкли называть привычками.

Привычки могут быть полезными и вредными. Но все они обладают одним сходным качеством – от них тяжело избавиться. Особенно от вредных привычек, которые оказывают негативное воздействие на здоровье и социальную жизнь человека.

Ведущий: Какие привычки относятся к полезным? (ответы участников)

Полезными привычками мы можем назвать такие, как соблюдение режима дня, выполнение утренней зарядки, мытье рук перед едой, чистка зубов, правильное питание и т.п.

Ведущий: Что такое вредная привычка? (ответы участников)

Самое неприятное в нашей жизни – это плохие, вредные привычки. Мы знаем, что они плохие, а зачастую ничего с собой сделать не можем – привыкли!

Вредная привычка – это автоматически повторяющееся много раз действие, причем действие это вредоносное с точки зрения общественного блага, окружающих или здоровья самого человека, попавшего под кабалу вредной привычки.

Существует огромное количество плохих, вредных привычек. Человек сознательно использует их для достижения своих целей. Но систематическое злоупотребление приводит либо к зависимости, либо к их бессознательному воспроизведению.

Ведущий: Какие вредные привычки вы знаете? (ответы-подростков)

– Видов вредных привычек огромное количество. Их можно разделить на две большие группы.

Первая группа – это действия, направленные на бессознательное удовлетворение внутренних потребностей. Именно они перерождаются в патологическую зависимость. К ним относятся: алкоголизм, наркомания, курение табака, токсикомания; маниакальная потребность в покупках (шопоголизм); азартные игры (игровая зависимость или лудомания); обжорство (пищевая зависимость); интернет-серфинг (компьютерная зависимость); техномания.

Ко второй группе относятся бессознательные действия, связанные с невротическими расстройствами. К ним относятся: сквернословие и употребление слов паразитов; обгрызание ногтей; привычка грызть карандаш или ручку и др.

Мы сегодня больше поговорим про первую группу.

Ведущий: Давайте охарактеризуем самые вредные и опасные из привычек.

Алкоголизм – самая распространенная вредная привычка, зачастую превращается в серьезное заболевание, характеризующееся болезненным пристрастием к алкоголю (этиловому спирту), с психической и физической зависимостью от него, сопровождающаяся систематическим потреблением алкогольных напитков, несмотря на негативные последствия.

Вопрос: Чем же вредно пьянство? Приводит пьянство к автомобильным авариям, преступлениям, несчастным случаям, а также вредно для здоровья самого человека.

Наркомания — хроническое заболевание, вызванное употреблением веществ-наркотиков. Наркотики вызывают более сильную зависимость, чем, например, алкоголь.

Курение — вдыхание дыма препаратов, преимущественно растительного происхождения, тлеющих в потоке вдыхаемого воздуха, с целью насыщения организма содержащимися в них активными веществами путём их возгонки и последующего всасывания в лёгких и дыхательных путях.

Вопрос: Почему же люди пробуют курить?

Интернет-зависимость - психическое расстройство, навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета. Интернет-зависимость является широко обсуждаемым вопросом, но её статус пока находится на неофициальном уровне.

Основные 6 типов интернет-зависимости таковы:

1. Навязчивый веб-серфинг — постоянное обновление страниц в Интернете, листание «ленты новостей» в социальных сетях и пр.

2. Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам — большие объёмы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в Сети. Когда человек общается в сети больше, чем в реальной жизни.

3. Игровая зависимость — навязчивое увлечение компьютерными играми по сети (на телефоне или на компьютере).

4. Навязчивая потребность потратить деньги — игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет-магазинах или постоянные участия в интернет-аукционах.

5. Пристрастие к просмотру фильмов (сюда же относятся видео) через интернет, когда человек может провести перед экраном весь день, не отрываясь из-за того, что в сети можно посмотреть практически любой фильм или передачу.

Вопрос: К чему приводит зависимость от интернета? К снижению социальных навыков (снижение способности к общению), к нарушению здоровья (особенно страдает зрение).

Ведущий: Теперь Вам нужно будет ответить на 10 вопросов. Напишите числа от 1 до 10 сверху вниз. Я буду задавать вам вопросы. На каждый вопрос нужно дать ответ «да» или «нет». Отвечать нужно честно, иначе вы ничего о себе не узнаете:

1. Любишь ли ты смотреть телевизор?
2. Хотелось ли тебе играть в компьютерные игры больше 3 часов ежедневно?
3. Хотелось ли тебе попробовать закурить?
4. Можешь ли ты весь выходной просидеть перед телевизором, оставив все свои дела?
5. Пробовал ли ты алкогольные напитки?
6. Любишь ли ты уроки физкультуры?
7. Если друзья предложат тебе сбежать с уроков, согласишься ли ты?
8. Умеешь ли ты не повторять своих ошибок?
9. Если бы тебе прямо на улице незнакомый предложил коробку конфет, взяли бы ты её?
10. Друзья зовут тебя в игровые автоматы, а ты еще не сделал уроки. Сможешь отказаться?

Теперь подсчитайте, сколько раз вы ответили на вопросы «Да». За каждый такой ответ вам положено 5 баллов, значит, умножьте полученное число на 5.

Что у вас получилось?

0-15 баллов - Вы умеете управлять своими желаниями. Как и все люди, вы любите

получать удовольствия. Но в нужный момент вы в состоянии понять, что удовольствие - ради удовольствия может принести вред, помешать вашим планам.

20-40 баллов - Ваша "зона удовольствий" нередко вас подводит. Вы, быть может, и хотели бы лучше управлять своими желаниями, но это не всегда получается. Не хватает воли.

Видимо, вы очень много времени теряете зря. Вы стремитесь к сиюминутным удовольствиям. Из-за этого вы можете потерять очень много приятного в будущем.

45 и более баллов – Вас, как говорится, можно брать голыми руками. Вы буквально заряжены на получение всяческих удовольствий. Вам грозит беда.

Ведущий: А теперь давайте поговорим про борьбу с вредными привычками. Самое главное — постарайтесь найти причины этой привычки.

Умей уверенно говорить «нет», когда тебе предлагают сигареты, алкоголь, наркотики, токсические вещества.

Если уж ты решил отказаться от вредных привычек, ни в коем случае не давай себе поблажек.

Борьба с вредными привычками - дело, которым должен заняться практически каждый человек (все мы, увы, несовершенны).

Что же можно, а что нельзя, чтобы ваше здоровье сохранить?

Заниматься спортом

Спать достаточно

Чаще улыбаться

Любить жизнь
Как можно больше ходить
Мало двигаться
Много играть на компьютере (телефоне)
Употреблять алкоголь, наркотики
Смотреть часами телевизор
Быть раздражительным
Унывать, сердиться, обижаться
Куриль
Поздно ложиться и вставать

Заключительная часть

Ведущий: Влияние вредных привычек только наносит человеку вред – вред его здоровью: физическому и психическому. Вредные привычки тормозят развитие личности, особенно в юном возрасте.

Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Ведь никто не позаботится о вас лучше, чем вы сами.

Занятие 9. **«Я решаю. Я действую.»**

Цель: профилактика девиантного поведения, формирование умения противостоять чужому давлению, выражать отказ оптимальными способами. Формирование убеждения, что каждый человек несет персональную ответственность за свое решение.

Задачи: развивать способность делать самостоятельно свой выбор и умение поступать в соответствии с собственным решением;

формировать представление о силе группового давления на личность, расширять поведенческий репертуар участников в процессе конфронтации с группой.

Оборудование занятия: мягкая игрушка в виде солнца, чистые листы, мяч, карточки с описанием ситуаций, памятка «правила уверенного отказа»,

Ход занятия.

1. Приветствие.

- Добрый день ребята. Сейчас я предлагаю вам поздороваться друг с другом, но здороваться будем необычным способом. Вы видите у меня в руках солнышко (мягкая игрушка). Мы с вами будем друг другу бросать игрушку, при этом надо будет поздороваться с тем человеком, которому ты ее бросил, назвав его по имени и сказать какой либо комплимент.

2. Вводная часть.

-Сегодня речь пойдет о разрушающем поведении. И тема нашего занятия «Девиантное поведение, учимся говорить нет».

-Сегодня будем учиться говорить «Нет!», т.е. противостоять чужому давлению, выражать отказ оптимальными способами, учиться уверенному поведению при отстаивании своей позиции.

-Как вы думаете, что такое социальные нормы?

Социальные нормы – это общепризнанные правила, образцы поведения, стандарты деятельности, призванные обеспечивать упорядоченность, устойчивость и стабильность социального взаимодействия индивидов и социальных групп.

Девиантное поведение – это устойчивое поведение личности, отклоняющееся от общепринятых, наиболее распространённых и устоявшихся общественных норм.

3. Основная часть.

Упражнение «Рассказ о себе»

Инструкция: Каждый из ребят, не указывая своего имени на листе, записывает 5 качеств, которые больше всего ценит в себе, и за которые его уважают другие люди.

Перевернув лист бумаги, участник записывает 5 качеств, которые ему не нравятся в себе и неприятны.

Затем карточки сдают ведущему, который, предварительно перемешав их, раздает участникам группы. Каждый участник, получив карточку и прочитав положительные и отрицательные качества, пытается представить себе этого человека и составляет рассказ о нем и его жизни.

Обсуждение: В конце важно обсудить упражнение в общем кругу и спросить участников группы, что они чувствовали, когда слушали рассказ о себе, много ли там было совпадений с их представлениями о своей жизни.

Упражнение с элементами тренинга. Игра «Откажись по-разному».

- Я буду бросать некоторым из вас мяч, поймавший делает мне предложение (например: отправиться в тундру, погулять)

Ведущий выражает отказ по-разному.

- Что вы можете сказать об услышанных отказах?

а) Отказ – соглашение: человек в принципе согласен с предложением, но по каким-то причинам не решается дать согласие. Например: ребята, – спасибо, но мне так неудобно вас затруднять.

- Кто получил на своё предложение такой вид отказа?

б) Отказ – обещание. Человек в принципе согласен с предложением, но в данный момент он не может его принять. Дается понять, что при других обстоятельствах предложение было бы принято. «Пойдём завтра в кино» - «С удовольствием, но завтра у меня занятия по математике.

- Кто получил такой отказ?

в) Отказ – альтернатива. Отказ направлен на альтернативное предложение. Трудность такого отказа в том, чтобы придумать ценное альтернативное предложение: «Пойдём завтра в спортзал» - «Давай лучше погуляем по городу».

г) Отказ – отрицание. Человек даёт понять, что не согласится ни при каких обстоятельствах на предложение. «Нет, я не поеду на лодке, потому что боюсь воды. Нет, я ни за что не поеду в лес».

д) Отказ – конфликт. Крайний вариант отказа – отрицание. Агрессивен по форме. Может содержать оскорбления или угрозы. «Давай сходим на дискотеку» - «Ещё чего! Сам топай!» Этот вид отказа эффективен в случае выраженного внешнего давления».

Вывод: о разных видах отказа.

Упражнение – тренинг «Сумей отказаться»

Сейчас вы сами сможете себя проверить в ситуациях, как вы можете не попасться на групповое давление.

Ребятам предлагается разделиться на три группы (по 2-3 человека). Каждая команда получает карточку с описанием ситуации, затем по ситуации разыграть отказ. Остальные участники игры оценивают эффективность выбранной формы отказа по параметрам:

реальная возможность избежать пробы вещества при использовании данной формы отказа;

возможность избежать данного конфликта, агрессии;

целесообразность попытки повлиять на взгляды, поступки человека, предлагающего вещество (когда стоит пытаться убедить предлагающего пробу в опасности знакомства с наркотическими веществами, а когда нужно думать лишь о своей безопасности).

Оценивание, обсуждение проводится после каждой инсценированной ситуации. Во время оценивания ведущий должен незаметно направлять мысль детей на то, что найти верный отказ может только человек с уверенным поведением. Уверенными должны быть голос, интонация, жесты, мимика, движения.

Памятка «Правила уверенного отказа»:

1. Если вы хотите отказать человеку, чётко и однозначно произнеси ему «НЕТ». Постарайся объяснить причину твоего отказа, но не извиняйтесь длительное время.

2. Старайтесь отвечать без паузы – так быстро, как только это вообще возможно.

3. Настаивайте на том, чтобы с вами говорили честно и откровенно.

4. Попросите объяснить, почему вас просят сделать то, чего вы делать не хотите.

5. Смотрите на человека, с которым говорите. Наблюдайте, есть ли в его поведении какие – либо признаки неуверенности в себе. Следите за его позой, жестами, мимикой (дрожащие руки, бегающие глаза, дрожащий голос и т. д.).

6. Не оскорбляйте и не будьте агрессивными.

4. Рефлексия

Ребятам предлагается окончить высказывание: «Мне легко (трудно) противостоять группе, потому что...» Это позволит осмыслить индивидуальный стиль психологической защиты.

5. Заключительная часть.

Игра: «Солнечные лучики» Ребята встают в круг. Ведущий предлагает всем протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя солнечными лучиками излучающими тепло

Занятие 10 **«Конфликт и пути решения»**

Цель: дать учащимся знания о поведении в конфликтных ситуациях, научить адекватно реагировать на замечания.

Ход занятия

1. Вводная часть. Упражнение «Встреча на узком мостике».

Предварительно на полу чертится полоска шириной 10 см на расстоянии около метра от стены или предметов мебели и длиной более 3 метров. Упражнение выполняется в парах. Встаньте на линии лицом друг к другу на расстоянии примерно 3 метров. Представьте себе, что вы идете по узкому мосту, перекинутому над водой или над пропастью, навстречу друг другу. В центре мостика вы встречаетесь, и вам надо разойтись. Кто поставит ногу за пределами линии – тот упал в воду или пропасть. Постарайтесь разойтись так, чтобы не упасть.

2. Основная часть.

1. Тест. «Оценка собственного поведения в конфликтной ситуации».

Инструкция: Ребята! Постарайтесь искренне ответить на вопрос: «Как вы обычно ведёте себя в конфликтной ситуации или споре?». Если вам свойственно то или иное поведение, поставьте соответствующее количество баллов после каждого номера ответа, характеризующего определенный стиль поведения.

Если подобным образом вы ведете себя:

часто – поставьте 3 балла;

от случая к случаю – 2 балла;

редко – 1 балл.

Вопрос: «Как вы обычно ведете себя в споре или конфликтной ситуации?»

Ответы:

1. Угрожаю или дерусь.
2. Стараюсь принять точку зрения противника, считаюсь с ней, как со своей.
3. Ищу компромиссы.

4. Допускаю, что не прав, даже если не могу поверить в это окончательно.
5. Избегаю противника.
6. Желаю, во что бы то ни стало добиться своих целей.
7. Пытаюсь выяснить, с чем я согласен, а с чем – категорически нет.
8. Иду на компромисс.
9. Сдаюсь.
10. Меняю тему.
11. Настойчиво повторяю одну мысль, пока не добьюсь своего.
12. Пытаюсь найти исток конфликта, понять, с чего все началось.
13. Немножко уступлю и подтолкну тем самым к уступкам другую сторону.
14. Предлагаю мир.
15. Пытаюсь обратить все в шутку.

Обработка результатов теста: подсчитайте количество баллов по строчкам А, Б, В, Г, Д – соответственно. Каждая буква соответствует определенному типу поведения, проставьте количество баллов по каждой строке и определите свой ведущий тип поведения. Наибольшая сумма указывает на индивидуальные особенности поведения.

Если вы набрали больше всего баллов под буквами:

«А» - это «жесткий тип решения конфликтов и споров». Вы до последнего стоите на своем, защищая свою позицию. Во что бы то ни стало, вы стремитесь выиграть. Это тип человека, который всегда считает себя правым.

Тип 1 "Акула" - силовая стратегия цели, конфликт решается выигрышем только для себя (доминирование).

Ориентация только на свои интересы и игнорирование интересов своего партнёра, то есть стремление добиться своих интересов в ущерб другому.

Преимущества: не копят отрицательные эмоции; подходит для экстремальных ситуаций.

Недостатки: конфликт не решается справедливо; постоянный конфликт со всеми

«Б» - это «демократичный» стиль. Вы придерживаетесь мнения, что всегда можно договориться. Во время спора вы пытаетесь предложить альтернативу, ищите решения, которые удовлетворили бы обе стороны.

Тип 2 "Сова" - мудрая птица, ценит и цели, и взаимоотношения, открыто определяет позиции и пути выхода в совместной работе по достижению целей, стремится найти решения, удовлетворяющие всех участников (сотрудничество)".

Преимущества: справедливое, окончательное разрешение конфликта.

Недостатки: «Совой» быть трудно, так как надо думать не только о себе, но и о других.

«В» - это «компромиссный» стиль. С самого начала вы согласны на компромисс. Компромисс – это уступка во мнениях или действиях с обеих сторон. Путем и на основании взаимных уступок достигается разрешение конфликтных положений между сторонами. Может также означать – взаимное соглашение. Соглашение представителей разных точек зрения и интересов на основе взаимных уступок.

Тип 3 "Лиса" - стратегия хитроумного компромисса, при хороших взаимоотношениях добивается осуществления своих целей (компромисс).

Преимущества: быстрое разрешение конфликта, но не всегда справедливое.

Недостатки: может накапливаться неудовлетворённость у людей

«Г» - «мягкий» стиль. Своего противника вы уничтожаете добротой. С готовностью встаете на точку зрения противника, отказываетесь от своей.

Тип 4 "Медвежонок" - сглаживание углов: такие люди любят, чтобы их понимали и ценили, ради чего жертвуют успехом (уступчивость).

Преимущества: Сохраняются взаимоотношения между людьми.

Недостатки: конфликты не решаются, накапливаются и снова возвращаются.

«Д» - «уходящий» стиль. Ваше кредо – «вовремя уйти». Вы стараетесь не обострять ситуацию, не доводить конфликт до открытого столкновения».

Тип 5 "Черепашка" - уход под панцирь, отказ от достижения целей и от участия во взаимоотношениях с другими участниками, один из вариантов самодостаточности (избегание).

Преимущества: это «безопасный стиль в опасности»; человек сам конфликты не создаёт.

Недостатки: конфликт не решается и может возникнуть через некоторое время.

Теперь вы знаете свой стиль поведения в конфликте.

2. Упражнение. Саморефлексия "Мои возможности".

1. На листе бумаги нарисуйте собственную ладонь.

2. В центре ладони напишите самую главную причину, которая мешает вам конструктивно вести себя в конфликтных ситуациях.

3. В контуре каждого из пальцев напишите то, новое, что вы узнали и что, может вам пригодиться для решения возможных конфликтов.

Подростки в течение 5 минут выполняют предложенное задание. После этого желающие озвучивают свои ответы.

4. Рефлексия.

Занятие 11 ***«Победи своего дракона»***

Цель: развитие умения выделить имеющиеся у себя негативные качества, препятствующие конструктивному взаимодействию с другими людьми; нахождение путей их коррекции.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Упражнение «Победи своего дракона».

Время: 15 мин.

Материалы: простые и цветные карандаши, ручки, листы.

Инструкция: "Внутри каждого из нас живет дракон. У каждого он свой. Он может быть большим или маленьким, спокойным или вспыльчивым, с разным количеством голов и окраской. Как вы думаете, кто такие эти драконы? Это наши недостатки, которые мешают нам конструктивно общаться с окружающими. Давайте закроем глаза на минутку и представим себе нашего дракона. Какой он? Откройте глаза. Перед вами чистый лист бумаги и карандаши. Нарисуйте на верхней половине листа своего дракона таким, каким вы его представляете. Придумайте имя своему дракону. Это имя должно соответствовать названию того недостатка, который он характеризует".

После выполнения — демонстрация работ.

Инструкция: "Подумайте и разработайте план борьбы с вашим драконом. Запишите в нижней части листа по пунктам все, что уже сейчас вы можете сделать для того, чтобы его победить".

По окончании работы зачитывание программ по выбору.

Анализ: Какие качества повторялись у участников? Как вы думаете, почему?

Прозвучали ли на наших занятиях конкретные советы, которые помогут вам победить вашего дракона? На каких?

2. Основная часть. Упражнение «... зато ты»

На задание уходит приблизительно 30 минут.

Оборудование: листы бумаги А4 по числу участников, столько же ручек, можно разноцветных.

Каждый из участников подписывает свой лист и пишет на нем один какой-то свой недостаток, затем передает свой лист другим участникам. Они пишут на его листе «... зато ты...» и далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно (у тебя очень красивые глаза, ты лучше всех рассказываешь анекдоты).

В конце выполнения задания каждому участнику возвращается его лист.

Во время выполнения задания в группе царит оживление и хорошее настроение; и в любой группе, даже в которой участники очень устали или напряжены, задание выполняется с большим энтузиазмом.

5. Рефлексия.

Занятие 12 Заключительное

Цель: подведение итогов групповой работы.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Раздать подросткам по листу бумаги и фломастеру. Попросить их написать свои инициалы в правом верхнем углу. Ведущий также подписывает свой листок. Каждый ребенок пишет короткую строчку, с которой будет начинаться поэма. Дальше участник передает свой листок соседу слева, и тот дописывает свою строчку, продолжаящую поэму. После того как каждый напишет по одной строчке на всех листках, законченная поэма возвращается автору первой строки.

Примеры для образца:

Мы много узнали и стали умней...

Наша группа словно цветок...

Мне так хорошо, я знаю так много...

После того как все поэмы будут написаны, прочтите сначала свою. Потом спросите, кто еще хочет прочитать свою поэму.

Получение обратной связи. Раздать участникам группы листы и попросить ответить на вопросы:

Что больше всего понравилось в занятиях?

Что не понравилось совсем? О чем бы еще хотели узнать?

Что, на ваш взгляд, было лишним?

Какая форма работы понравилась и запомнилась больше всего?

Что нового узнали?

2. Основная часть. Упражнение «Старый я, новый я».

Члены группы иллюстрируют изменения, произошедшие с ними в ходе тренинга, с помощью коллажей. Одна половина картона символизирует «мою прошлую личность», другая – «нового меня». Картинки, символы и слова вырезаются из журналов и приклеиваются на картон. После того как коллажи закончены, каждый участник демонстрирует свое произведение группе и проводится обсуждение и анализ каждой работы.

Упражнение «Моя вселенная»

Детям раздаются листы бумаги. В центре листа нужно написать крупную букву «Я». Затем от «Я» нарисовать лучи:

1. Мое любимое занятие
2. мой любимый цвет
3. мое любимое животное
4. мой лучший друг
5. мой любимый запах
6. моя любимая одежда
7. моя любимая музыка
8. мое любимое время года
9. что я больше всего люблю делать
10. моя любимая книга
11. человек, которым я восхищаюсь
12. лучше всего я умею
13. я уверен в себе, потому что

Этот рисунок показывает, что у всех много возможностей, много того, что делает нас уникальным, и того, что нас объединяет. Поэтому мы нужны друг другу, и каждый человек может добиться в жизни успеха и сделать так, чтобы другим людям с ними было веселее и радостнее.

3. Рефлексия.

Необходимые ресурсы для эффективной реализации программы.

Требования к специалистам, реализующим программу:

Групповые занятия могут проводиться психологами и социальными педагогами образовательных учреждений, прошедшими предварительную подготовку по проведению групповой работы с несовершеннолетними, в том числе по освоению необходимых правовых знаний, и обладать достаточным опытом в проведении групповых занятий

Требования к материально-технической оснащенности:

Занятия проводятся в учебном классе или зале, имеющем достаточную площадь для проведения динамических упражнений, а также необходимое оборудование: стулья (по количеству участников), музыкальное сопровождение, для некоторых занятий - декорации, листы ватмана, листы формата А4, шариковые (гелиевые) ручки, цветные карандаши, фломастеры, бейджи, скотч, ножницы, канцелярский клей. Остальной необходимый стимульный материал и оборудование прописаны в структуре каждого профилактического занятия.

Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы:

Ответственность

Администрация ОУ: Соблюдение основных нормативных документов регламентации образовательного процесса в ОУ

Педагогический коллектив: Реализация в психолого-педагогической работе субъект-субъектного взаимодействия, направленного на формирование благоприятного психологического климата для участников программы.

Формирование толерантного отношения всех субъектов образовательного процесса к участникам программы.

Основные права

Администрация ОУ: Получать информацию о проведении занятий. Знакомиться с документацией открытого доступа, отчетностью и эффективностью реализации программы.

Педагогический коллектив: Повышать квалификацию в сфере психолого-педагогического сопровождения детей и молодежи.

Реализовать психологически безопасные способы взаимодействия с родственниками несовершеннолетних.

Родители участников: Получать квалифицированное психологическое консультирование по проблемам их детей, связанных с компетенцией специалиста (педагога–психолога, социального педагога), реализующего данную программу.

Обязанности

Администрация ОУ: Создать необходимые условия для реализации программы.

Педагогический коллектив: Оперативно информировать педагога–психолога об изменениях психологического состояния участников программы.

Формировать психологически комфортный и позитивный психологический климат в процессе развивающих занятий.

Ожидаемые результаты реализации Программы

1. Сформированные личностная и социальная компетентности участников, коррекция их негативных поведенческих проявлений через развитие у них позитивной «Я – концепции», чувства самоуважения.
2. Развитые способности критически мыслить, умения ставить социально-значимые цели и принимать ответственные решения.
3. Обучение умению владеть эмоциями, справляться со стрессами, тревожностью, избегать конфликтов.
4. Сформированные умения неагрессивными способами реагировать на критику, самозащиту, сопротивления со стороны других людей, умение противостоять вредным привычкам, решать проблемы социально позитивными средствами.
5. Сформированные у обучающихся понятия о социальной защищённости: знания своих прав и обязанностей; психологическое и социальное равенство обучающихся.

Система организации внутреннего контроля за реализацией Программы

Качественная и количественная оценка достижений реализации программы проводилась на основе анализа результатов психодиагностики всех участников программы. Для изучения уровня сформированности у обучающихся личностной и социальной компетентности, умения неагрессивными способами реагировать на критику, самозащиту, сопротивления со стороны других людей, умения противостоять вредным привычкам, решать проблемы социально позитивными средствами были использованы зарекомендовавшие себя методики разработки:

1 блок

Тест «Размышляем о жизненном опыте» Щурковой Н.Е
Опросник «Агрессивное поведение» / Е.П. Ильин, П.А. Ковалев
Опросник Плутчика Келлермана Конте —Методика Индекс жизненного
стиля

2 блок

Диагностика социальной компетентности А. М. Прихожан
Методика Томаса-Килманна на выявление ведущего поведения в
конфликтной ситуации
Опросник структуры психологических защит (тест СПЗ)

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Оценка эффективности реализации программы осуществляется с помощью различных методов оценки: анкетирование, опрос, анализ.

При оценке эффективности реализации мероприятий программы используются следующие показатели:

Количественные - охват участников, количество мероприятий и т.д.)

Показатели социальной адаптации (снижение риска асоциальных явлений, активность участников, повышение уровня социальной успешности)

Показатели общественного мнения (уровень удовлетворенности участников, заинтересованность)

Технологические показатели (профессионализм сотрудников)

Качественными характеристиками психолого-педагогической деятельности в рамках программы выступают: целенаправленность, опосредованность, субъектность, интенсивность, динамичность, эффективность.

Факторы, влияющие на эффективность реализации программы

Эффективность реализации программы, может быть обусловлена четкостью поставленных целей, приверженностью проектной группы этим целям, компетентностью специалистов реализующих программу, а также валидностью методического инструментария.

Сведения о практической апробации программы

Практическая апробация программы проходила на базе Государственного бюджетного образовательного учреждения СПО «Северо-Осетинский педагогический колледж» в период с 1 октября по 20 декабря 2021 года. За этот период в данной программе приняли участие 26 студентов колледжа. При анализе результатов, по итогам прохождения курса профилактических занятий отмечается положительная динамика в уровне сформированности у обучающихся личностной и социальной компетентности, умения неагрессивными способами реагировать на критику, самозащиту, сопротивления со стороны других людей, умения противостоять вредным привычкам, решать проблемы социально позитивными средствами.

Динамика результатов реализации программы представлена на рисунках 1,2 и 3.



Рис. 1 Динамика показателей социальной компетентности участников

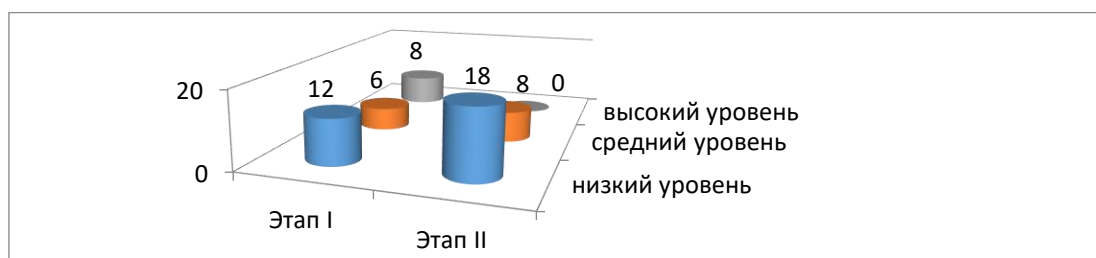


Рис.2 Динамика показателей
склонности к конфликтам

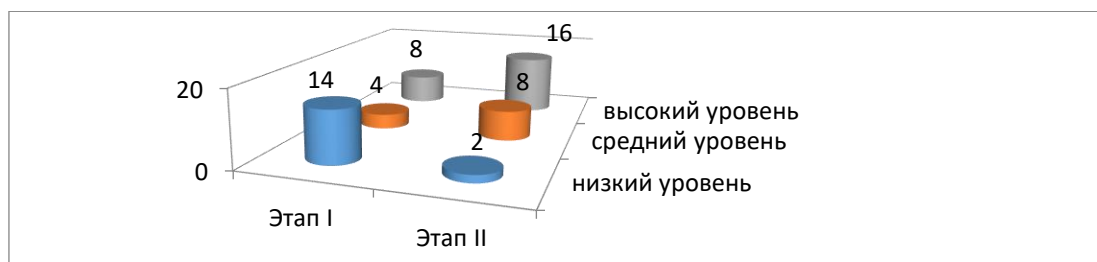


Рис.3 Динамика показателей
психологической самозащиты

Таким образом, результаты диагностики на первом и третьем этапах реализации программы показали, что уровень социальной компетентности и психологической самозащиты повысился более чем в 1,5 -2 раза. Тогда как, контрольная диагностика выявила отсутствие у участников высокого уровня склонности к конфликтам.

Анализ полученных данных дает право говорить об эффективности реализации представленной программы.

Список литературы

1. Арон И. С. Психологическая готовность к профессиональному самоопределению в особой социальной ситуации развития: теория и практика исследования / И. С. Арон ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2015. – 248 с.
2. Бакланова, Н. К. Девиантное поведение подростков: основы профилактики / Н. К. Бакланова, Д. А. Потапов, К. В. Бакланов // Наука и школа: общероссийский научный журнал по педагогике, психологии, истории / гл. ред. В. П. Дронов ; учред. Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. – № 4. – С. 82 – 86.
3. Девиантное поведение детей и подростков в современных социокультурных условиях : учебное пособие / отв. ред. М. С. Игнатенко ; науч. ред. В. В. Семикин, Н. Н. Королева ; Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский

государственный педагогический университет им. А. И. Герцена (РГПУ), 2013. – 184 с.

4. Дементий, Л. И. Социально-психологические и личностные факторы риска девиантного поведения / Л. И. Дементий, В. Е. Купченко, М. В. Криворучко ; под общ. ред. Л. И. Дементий ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского, 2018. – 206 с.

5. Зиновьева, Л. В. Структура ролевых диспозиций подростков в пространстве социальной турбулентности : монография. – Новосибирск : НГПУ, 2020. – 129 с.

6. Калинина, Е. В. Формирование правовой культуры студентов как профилактика девиантного поведения в молодежной среде / Е. В. Калинина, Е. В. Фролова // Теория и практика общественного развития / гл. ред. В. Л. Харсеева ; учред. Институт социологии Российской академии наук, 26 Издательский дом «ХОРС». – Краснодар : ХОРС, 2015. – № 11. – С. 323 –325.

7. Малухина, Г. М. Социально-педагогический потенциал домов культуры по профилактике девиантного поведения подростков / 27 Г. М. Малухина, О. В. Маркова // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 68 – 2. – С. 219 – 222.

8. Минин, А. Я. Правовые вопросы противодействия опасному девиантному поведению обучающихся в школе: высшей и общеобразовательной / А. Я. Минин // Наука и школа: общероссийский научный журнал по педагогике, психологии, истории / гл. ред. А.Л. Семенов; учред. Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ) Прометей, 2016. – № 1. – С. 7 – 14.

9. Молчанов, С. В. Психология подросткового и юношеского возраста: учебник для академического бакалавриата / С. В. Молчанов ; Фак.психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. – Москва : Юрайт, 2016. – 350 с.

10. Психология девиантности: Дети. Общество. Закон / под ред. А. А. Реан. – Москва : Юнити, 2016. – 479 с

11. Психология подростка с девиантным поведением : учебное пособие/ составители И. Ф. Шиляева [и др.]. – Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019.– 174 с.
12. Профилактика девиантного поведения в образовательной организации (правовые аспекты) : учебное пособие / А. И. Глушков, А. Я. Минин, О. В. Поликашина, С. А. Тульская ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет, Институт социально-гуманитарного образования. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. – 224 с.
13. Сажина, Н. С. Особенности профилактики девиантного поведения студентов / Н. С. Сажина // Образование и проблемы развития общества. – 2018. – № 2 (6). – С. 33 – 38.
14. Социально-психологические подходы к проблеме девиантного поведения детей и подростков : сборник итоговых материалов / ред. И. Гагаркина. – Красноярск : Амальгама, 2013 – 106 с.
15. Телина, И. А. Социально-педагогическая профилактика правонарушений несовершеннолетних / И. А. Телина ; науч. ред. В. П. Синенко. – 2-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2013. – 135 с.
16. Шалагин, А. Е. Влияние здорового образа жизни на профилактику девиантного и аддиктивного поведения в подростково-молодежной среде / А. Е. Шалагин, А. К. Шалагина // Modern Science. – 2020. – № 11 – 3. – С. 394 – 398.
17. Шиляева, И. Ф. Диагностика и прогнозирование девиантного поведения в молодежной среде : учебное пособие / И. Ф. Шиляева. – Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. – 105 с.