

Управление образования администрации Ростовского муниципального района
Ярославской области

**МУ Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи «Содействие»**



**Дополнительная общеобразовательная
программа профилактики дезадаптивных
форм поведения несовершеннолетних
«Мой выбор»**

Авторы программы:

**Зеленкова Дарья Сергеевна,
педагог-психолог МУ Центра «Содействие»**

**Малова Дарья Николаевна,
педагог-психолог МУ Центра «Содействие»**

г. Ростов
2018 г

Пояснительная записка

Перемены, происходящие в нашем обществе, сегодня с особой остротой обозначили проблему помощи детям и подросткам с отклоняющимся поведением и разработку действенной системы мер профилактики и реабилитации этой группы молодежи.

Отклоняющимся (девиантным) поведением принято называть социальное поведение, не соответствующее установленным в данном обществе нормам.

Девиантное поведение (отклоняющееся поведение) может проявляться у детей в разные возрастные периоды, но группой повышенного риска (в силу многих особенностей) является подростковый возраст (11 – 16 лет). Подростковый возраст богат драматическими переживаниями, трудностями и кризисами. С другой стороны, в этот период складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера, способы эмоционального реагирования, это пора достижений, стремительного наращивания знаний, умений, становление «Я», обретение новой социальной позиции, активное развитие самосознания, складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношение к себе, к людям, к обществу. Именно в подростковом возрасте отмечается потребность в самоутверждении, самовыражении и самовоспитании.

Девиации проявляются в следующих формах:

- повышенная агрессивность и конфликтность;
- неустойчивость эмоциональной сферы;
- проблемы межличностных отношений (как со взрослыми, так и со сверстниками);
- неумение определить свою социальную позицию;
- нарушение развития познавательной деятельности;
- неадекватная самооценка;
- стремление к противоправным действиям;
- акцентуирование основных черт характера;
- негативизм, обидчивость, неуверенность, тревожность.

Отклонения в поведении детей и подростков могут быть обусловлены следующими причинами:

- *социально-педагогической запущенностью*, когда дети или подростки ведут себя неправильно в силу своей невоспитанности, сложившихся негативных стереотипов поведения, отсутствия у них необходимых позитивных знаний, умений и навыков;
- *глубоким психологическим дискомфортом*, вызванным неблагополучием семейных отношений, отрицательным психологическим микроклиматом в семье, систематическими учебными неуспехами, несложившимися взаимоотношениями со сверстниками в коллективе класса, неправильным (несправедливым, грубым) отношением к нему со стороны родителей, учителей, одноклассников;
- *отсутствием условий для самовыражения*, незанятостью полезными видами деятельности, отсутствием позитивных и значимых социальных и личностных жизненных целей и планов;
- *безнадзорностью*, отрицательным влиянием окружающей среды и развивающейся на этой основе социально-психологической дезадаптацией, смешением социальных и личностных ценностей с позитивных на негативные;

- отклонениями в состоянии психологического и физического здоровья и развития, возрастными кризисами, акцентуациями характера и другими причинами физиологического и психоневрологического свойства.

Для того чтобы меры профилактики были более эффективными, необходимо непосредственное участие психолога в процессе развития личности ребенка.

Программа профилактического тренинга предназначена для групповых занятий с подростками в возрасте от 11 до 16 лет. Содержание упражнений направлено на профилактику асоциального поведения.

Цель программы: Профилактическая работа, направленная на предупреждение девиантного и асоциального поведения, среди подростков, через формирование способностей к самопознанию, саморазвитию и самореализации, развитие мотивации к достижению позитивных жизненных целей.

Основные задачи:

1. Способствовать формированию у детей и подростков “здоровых” моделей образа жизни, предоставляющих возможности для реализации личностного потенциала.
2. Способствовать формированию установок относительно противоправного поведения в целом и своего, в частности; ответственности за свои поступки.
3. Выработать у участников эффективные навыки самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния для принятия верных решений.
4. Выработать у участников эффективных поведенческих навыков противодействия негативному влиянию окружения в рискованных ситуациях, социально приемлемых форм поведения.
5. Повысить самооценку, формировать навыки управления своими чувствами и эмоциями.
6. Вовлечь подростков в позитивную деятельность, адекватную их интересам, способностям и психическому состоянию, способную отвлечь их от совершения правонарушений.
7. Способствовать осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.

Ожидаемые результаты:

1. Понимание подростками разрушительного влияния противоправного поведения.
2. Сформированность личностной и социальной компетентности подростков, коррекция их негативных поведенческих проявлений через развитие у них позитивной, адекватной «Я – концепции», чувства самоуважения.
3. Сформированность умения эффективно общаться с другими людьми, особенно в ситуациях высокого риска.
4. Актуализация у подростков чувства уверенности в своих способностях, противостояния нежелательному влиянию среды и навыка отстаивания безопасного поведения в различных ситуациях.
5. Овладение адекватным представлением о последствиях совершения правонарушений, о своих правах и обязанностях.

6. Развитие способности критически мыслить, умения ставить социально-значимые цели и принимать ответственные решения.
7. Обучение умению владеть эмоциями, справляться со стрессами, тревожностью, избегать конфликтов.
8. Сформированность умений конструктивными способами реагировать на критику, самозащиту, сопротивления со стороны других людей, умений противостоять вредным привычкам, решать проблемы социально позитивными средствами.

Форма и режим проведения

Рекомендуемая частота занятий – один раз в неделю. Каждое занятие состоит из трех частей: вводная часть (разминка), основная часть (рабочая), завершение (рефлексия занятия).

Занятия проводятся в групповой форме. Оптимальная численность группы – 10-12 человек. В состав группы помимо детей с нарушениями поведения должны быть включены дети, не имеющие нарушений поведения, поскольку тренинговые занятия имеют в основном профилактическую направленность. Это способствует также существованию более широкого спектра представленности поведенческих паттернов. Гендерный состав может быть гомогенный, так и гетерогенный.

Продолжительность занятий – 2 академических часа.

Общее количество занятий – 5.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	На старте	2
2.	В мире эмоций	2
3.	Мы в мире людей	2
4.	В глубине души	2
5.	Перспектива	2
Итого:		10

Данная программа профилактического тренинга разработана и апробирована при работе с несовершеннолетними для профилактики аддиктивного поведения, правонарушений подростков, в целях формирования мотивов у подрастающего поколения здорового образа жизни. Преимущество данной программы, по сравнению с другими методами социального обучения, заключается в том, что она направлена не только на решение ныне существующих проблем несовершеннолетних, их социальную реабилитацию, но и на первичную профилактику девиантного поведения.