

Управление образования администрации Ростовского муниципального района
Ярославской области

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

Утверждена на заседании педагогического
совета МУ Центр «Содействие»

01 ноября 2018 года
Директор Центра Бланк М.П.Бланк

**Дополнительная общеобразовательная
программа по профилактике асоциального
поведения среди подростков
«Я и мой мир»**

Автор программы:

**Дувакина Ольга Викторовна,
педагог-психолог МУ Центра «Содействие»,**

Ростов
2018

Тренинговые занятия для подростков по профилактике асоциального поведения «Я и мой мир»

Пояснительная записка

Данные тренинговые занятия предназначены для подростков 11 – 14 лет. Выбор целевой группы обоснован тем, что подростки в силу многих особенностей своего возраста представляют собой группу повышенного риска формирования девиантного, в том числе, асоциального поведения. С другой стороны, в подростковом возрасте начинается 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.

Цель: профилактика агрессивного и асоциального поведения подростков, развитие способности управлять проявлениями враждебной агрессии.

Задачи:

1. Развитие коммуникативных навыков.
2. Освоение социально приемлемых форм поведения.
3. Отработка стратегий решения повседневных конфликтов.
4. Обучение способам конструктивного выражения агрессии.
5. Формирование ответственного отношения к собственному поведению и его последствиям.

Принципы работы по коррекции агрессивного и асоциального поведения у подростков:

- учёт возрастных особенностей детей;
 - индивидуальный подход;
 - конструктивность: акцент на поиск ресурсов для личностного развития.
- Техники, используемые в тренинге, в основном направлены на обучение подростков использованию отказа от нежелательного поведения вместо привычных для них способов агрессивного реагирования; обучение оценке социальных ситуаций; формирование более адаптивных поведенческих паттернов.

При организации групповых занятий используются следующие методические приёмы:

- «универсализация» подростковых трудностей через использование проективных форм «Один мальчик...», «Большинство подростков...»;
- обращение к личному опыту учащихся;
- ролевые игры;
- рефлексия результатов занятия.

Новизна данного курса тренинговых занятий заключается в том, что он носит интегративный характер, представляя собой обобщение способов

работы, принадлежащих к опыту разных теорий и направлений в психологии: психоанализа, арттерапии, психосинтеза, гештальттерапии, бихевиоральных методов.

Предполагаемые результаты:

1. Снижение уровня агрессивности и тревожности в межличностном общении.
2. Обогащение поведенческого репертуара.
3. Развитие способности к самоанализу и самоконтролю поведения.
4. Повышение ответственности подростков за последствия своего поведения.

Форма и режим проведения:

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 как гомогенный, так и гетерогенный.

Продолжительность занятия – 2 академических часа.

Общее количество занятий – 5.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Что я знаю о себе и о других.	2
2.	Уверенный, неуверенный или агрессивный?	2
3.	Как справиться с гневом?	2
4.	Внимание, конфликт!	2
5.	Я глазами других людей.	2
Итого:		10