

Управление образования администрации  
Ростовского муниципального района  
Муниципальное учреждение  
Центр психолого-педагогической, медицинской  
и социальной помощи «Содействие»

Программа утверждена на  
заседании  
педагогического совета  
МУ Центр «Содействие»  
«07 ноября 2018 г.  
Директор М.П. Бланк

**Дополнительная общеобразовательная  
профилактическая программа  
«Решаем вместе»**

**Авторы  
программы:**

**Демичева Надежда Григорьевна – заместитель директора,  
социальный педагог  
Шиинуова Екатерина Алексеевна – педагог-психолог**

Ростов  
2018

## Пояснительная записка

Особенностью детей, оставшихся без попечения родителей, является наличие в их жизненном опыте травмирующих ситуаций (жестокое обращение, потеря родителей и т.п.). Психотравма является событием, которое изменяет систему отношений детей и подростков, приводит к дезадаптации в сфере общения и поведения.

Семья является источником и опосредующим звеном передачи ребенку социально-исторического опыта, прежде всего опыта эмоциональных и деловых взаимоотношений между людьми. Потеря семьи - тяжелейшая трагедия в жизни ребенка, которая оставляет глубокий след в его судьбе. За последние 40 лет государство пытается справиться с все возрастающей волной сиротства ("социального" сиротства), развивая разные формы опеки и попечительства. Тем не менее, модель помещения детей в интернатные учреждения (детские дома, школы-интернаты) все еще является доминирующей.

Семейное жизнеустройство (в частности, приемная семья) положительно влияет на развитие детей-сирот. Тем не менее, не может полностью компенсировать последствий потери родителей, эмоциональной депривации, нарушений привязанности, мозаичности развития. Поэтому начало самостоятельной жизни и у подростков из приемных семей нередко носит осложненный характер.

Подростковый период – важный и трудный этап в жизни человека, время выборов, которое во многом определяет всю последующую жизнь. Подростковый возраст знаменуется бурным развитием и перестройкой социальной активности ребёнка. Мощные сдвиги происходят во всех областях жизнедеятельности ребёнка.

Подростковый возраст рассматривается как этап развития личности, процесс перехода от зависимого, опекаемого детства, когда ребенок живет по особым правилам, установленным для него взрослыми к самостоятельной жизни.

В это время складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера и способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психическое здоровье. Вот почему так велика роль семейного окружения в обеспечении

условий, не затрудняющих, а, напротив, способствующих здоровому развитию личности подростка.

В возрасте 13-14 лет меняется система ценностей и интересов. То, что было ценно, обесценивается, появляются новые кумиры, характер взаимоотношений с взрослыми и родителями часто носит протестный характер. В этом возрасте подростки тянутся ко всему необычному, часто увлекаются неформальными течениями. У современного подростка отмечается ярко выраженное стремление к индивидуализации, к утверждению своего «Я».

Внешне кризис возраста проявляется в грубости, скрытности, нарочитости поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых; в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения. Трудность в том, что подросток не умеет анализировать причины происходящего с ним. У подростка часто возникает беспричинное чувство тревоги, колеблется самооценка, он в это время очень раним, конфликтен, может впасть в депрессию.

В тоже время перестройка отношения подростка к себе влияет не только на его эмоциональное состояние, но и на развитие его творческих способностей и удовлетворённость жизнью вообще. Учёба в это время отходит на второй план.

Самооценка подростка неустойчива: он склонен считать себя либо гением, либо ничтожеством. Любая мелочь может в корне изменить отношение подростка к себе. Если он вынужден признать, что что-то не так, его мнение о себе падает по всем пунктам, правда, такая противоречивая самооценка необходима для того, чтобы развить у него новые, взрослые критерии личностного развития.

Бессодержательно проводимое время толкает подростков на поиск новых «острых ощущений». Алкоголизация и наркотизация тесно вплетаются в структуру дивиантного образа жизни подростков. Очень часто подростки отмечают свои «заслуги»: удачные похождения, хулиганские поступки, драки, мелкие кражи распитием спиртных напитков. Оказывается, что одним из доступных видов развлечений для подростков является драка. Так, почти третья часть (29%) подростков признаются, что дерутся потому, что делать нечего, энергию девать некуда, жить скучно.

Впоследствии объясняя свои поступки, подростки имеют неправильное представление о нравственности, справедливости, смелости и храбрости. Меньше

всего (15%) подростки занимаются изучением истории, математики и искусства, кино- и фотолюбительством.

Часто подростки сталкиваются с таким явлением как агрессивное поведение. Агрессия – эмоционально окрашенное разрушительное поведение человека. Агрессия может быть направлена как на окружающих, так и на себя. В большинстве случаев агрессия возникает как защитная реакция человека в ответ на нарушение его границ. В современной социализированной жизни, подчиненной правилам и этическим нормам поведения, агрессия не выражается человеком сиюминутно, получив «удар от внешнего мира» агрессия сдерживается и подавляется культурным человеком, уходит глубоко внутрь, причиняя ему страдание и забирая жизненную энергию.

Одним из элементов микросреды, в отношениях, формирующих личность, является семья. При этом решающим является не её состав – полная, неполная, распавшаяся, а нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми. В совместных занятиях не только родителям открывается характер сына или дочери, но и дети лучше узнают своих родителей. Подростку необходима совместная деятельность со взрослыми.

Со всеми данными проблемами встречается каждый подросток, и мы постараемся ему помочь в это «трудный» период жизни.

**Цель:** содействие формированию навыков безопасного и ответственного поведения у подростков и развитие навыков конструктивного общения.

Программа курса направлена на выполнение следующих **задач:**

- развитие и активизация личностных ресурсов,
- освоение социально приемлемых форм поведения,
- развитие коммуникативных навыков, в том числе с родными и близкими.
- развитие навыков самопрезентации,
- отработка стратегий решения конфликтов,
- обучение способам конструктивного выражения агрессии,
- развитие навыков отказа и убеждения,
- формирование активной жизненной позиции.

*Принципы работы:*

- учет возрастных особенностей детей
- индивидуальный подход
- конструктивность: акцент на поиск ресурсов личностного развития

*Формы и методы работы:*

Занятия проводятся в виде тренинга.

Тренинговое занятие имеет определенную структуру. Каждое занятие начинается с «разогрева» группы, который необходим для переключения внимания с событий из внешнего мира на события, происходящие внутри группы, поскольку в ней создается своя атмосфера, динамика и развитие.

Во второй части раскрывается тема занятия – рабочий этап. Основные методы работы: мозговой штурм, групповая дискуссия, ролевые игры, беседа, элементы изотерапии, рефлексия.

*Предполагаемые результаты:*

1. Развитие внутренних личностных ресурсов подростков,
2. Формирование конструктивных навыков общения со сверстниками и взрослыми,
3. Развитие асертивного поведения и освоение социально-приемлемых моделей поведения.

### Условия реализации программы:

- наличие двух тренеров, имеющих опыт коррекционно-развивающей работы с детьми;

- оптимальный размер группы 12-15 человек;

- наличие помещения, пригодного для проведения групповых занятий.

Желательно, чтобы место проведения не менялось от занятия к занятию, что способствует созданию доверительной рабочей атмосферы. Одним из важных требований к месту проведения занятий является возможность размещения участников в круге.

**Мониторинг эффективности реализации программы осуществляется с помощью:**

- использования обратной связи от участников занятий;

- сравнительный анализ результатов первичной и заключительной диагностики.

*Диагностическая программа исследования особенностей межличностного общения подростков со сверстниками и с взрослыми.*

№	Название методики	Цель методики	Исследуемый критерий
1.	Тест на агрессивность Басса-Дарки	Выявить уровни агрессивности у подростков отдельно по каждому фактору, а также уровни таких форм агрессивных реакций, как агрессивность и враждебность, исходя из суммарных значений 8 факторов.	Агрессивность и враждебность
2.	Диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн	Оценивание школьником развитие у себя ряда личностных качеств в данный момент времени, таких как здоровье, ум, способности, характер, авторитет у школьников, умение многое делать своими руками, внешность, уверенность в себе.	Уровень притязаний и самооценки

3.	Шкала Спилбергера – Ханина	Дифференцированное измерение тревожности и как личностное свойство, и как состояние, связанное с текущей ситуацией.	Личностная и ситуативная тревожность
4.	Опросник Томаса	определения стиля поведения, личностной предрасположенности к конфликтному поведению	При помощи подсчетов баллов относим испытуемого к типам: а) противоборство б) уступчивость в) компромисс, г) избегание д) сотрудничество
5.	Тест Ряховского	Тест содержит возможность определить уровень коммуникабельности человека.	Уровень коммуникабельности человека

#### Учебно-тематический план

№	Количество часов
Кто мы? Знакомство и принятие правил групповой работы	1,5
Особенности и нормы коммуникации	1,5
Вербальное и невербальное общение	1,5
Я и мои эмоции	1,5
Мои границы – моя безопасность	1,5
Мое будущее – мой выбор. Подведение итогов	1,5
Итого:	12