Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Паспартинская средняя общеобразовательная школа им. А.Г. Калкина»

Утверждаю:
Директор
МКОУ «Паспартинская СОШ
Им.А.Г.Калкина»
_____А.В.Байжигитов
Протокол педсовета №1
от 30.08.2025г.

Программа «Мы за здоровый образ жизни»

Педагог-психолог: Санина А.В.

Социальный педагог: Асканакова А.К.

с.Паспарта, 2025г.

Содержание

1. Наименование и направленность программы 3

2. Пояснительная записка 4

3. Цель программы 4

4. Задачи программы 4

5. Научные, методологические и методические основания программы 5

6. Описание используемых методов и методик 6

7. Участники программы… 6

8. Общий алгоритм организации профилактической работы по результатам СПТ 8

9. Алгоритм составления индивидуальных программ сопровождения 11

10. Проведение углубленной диагностики 12

11. Содержание программы сопровождения 14

12. Содержание индивидуальных занятий с подростком 17

13. Оценка результативности работы 21

14. Список литературы 22

Наименование и направленность программы

Социально-психологическая программа «Мы за здоровый образ жизни» направлена на организацию профилактического сопровождения и коррекционно-развивающей работы с подростками по результатам социально-психологического тестирования (СПТ).

Данная программа разработана с учетом актуальных нормативных документов и на основе:

1. Методических рекомендаций по организации психолого-педагогического Сопровождения обучающихся групп явного и латентного риска по результатам социально-психологического тестирования, направленного на профилактику незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ. Автор: Устюгова И.А./ Муниципальное бюджетное учреждение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»/ Федеральный закон от 31.07.2020 №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21, раздел VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи);
4. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей" (Письмо Минобрнауки Россииот 29марта2016года № ВК-641/09);
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р)
6. Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) соответствующего уровня образования:
7. ФГОС основного общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от 31.05.2021 № 287;
8. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196);
9. Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН СП 2.4.3648-20»);
10. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность ,электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 года № 816).

Пояснительная записка

Социально-психологическое тестирование школьников (далее – СПТ) ежегодно проводится в образовательных организациях в соответствии с пунктом 15.1 части 3 ст.28 Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в целях раннего выявления незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ». Проведение СПТ является неотъемлемым элементом плана воспитательной работы образовательной организации, обеспечивающим системное выявление обучающихся «группы риска» по вовлечению в девиантное поведение и организации с ними соответствующей профилактической, коррекционной работы. С октября 2019 года по заказ Государственного антинаркотического комитета во всех субъектах Российской Федерации внедрена единая методика социально-психологического тестирования (далее- ЕМСПТ). ЕМСПТ является опросником, состоит из наборов опросов и позволяет определить степень психологической устойчивости в трудных жизненных ситуациях, а также выявить обучающихся с показателями повышенной вероятности вовлечения в дезадаптивные формы поведения. В настоящее время в России активно изменяется ситуация в области профилактики зависимости от психоактивных веществ (ПАВ). От карательных методов профилактической активности общество переходит к позиции сопроводительных и реабилитационных действий посредством реализации профилактических программ. Первичная профилактика зависимости (аддикции) от ПАВ опирается на долгосрочную государственную политику. Цель первичной профилактики– предупредить начало, активизировать средства защиты, препятствующие началу употребления, уменьшить факторы риска употребления ПАВ.

Цель программы – формирование психологической устойчивости личности подростка посредством психолого-педагогического сопровождения, ориентируясь на выявленные факторы риска и редуцированные факторы защиты социально- психологического тестирования.

Для достижения цели в **процессе групповой индивидуальной работы решаются следующие задачи**:

В когнитивном компоненте

Создание психолого-педагогических условий для осознания имеющихся личностных ресурсов, препятствующих вовлечению в зависимое поведение.

1. Помощь в формировании самосознания, адекватной самооценки, позитивного самоотношения;
2. Помощь в формировании субъектной, ответственной позиции относительно своего будущего;
3. Помощь в осознании и актуализации ценностных и смысл о жизненных ориентаций;
4. Помощь в осознании потребности в получении оказании поддержки окружающим, понимания их поведения, мотивов и перспектив поведения;
5. Помощь в расширении представлений о бальтернативных способах получения удовольствия.

В волевом компоненте

Создание психолого-педагогических условий для развития имеющихся личностных ресурсов, препятствующих вовлечению в зависимое поведение.

1. Помощь в развитии умения регулировать свое эмоциональное состояние;
   Помощь в развитии способности сопереживать и оказывать психологическую и социальную поддержку;

2. Помощь в формировании позитивного отношения к возможностям своего развития;

3. Помощь в развитии умения эффективного общения, разрешения межличностных и внутриличностных конфликтов.

В поведенческом компоненте

Создание психолого-педагогических условий для формирования социальных и функциональных стратегий, препятствующих вовлечению в зависимое поведение.

1. Помощь в развитие умения адекватно оценивать и контролировать проблемные ситуации, нести ответственность за собственное поведение;

2. Помощь в развитие умения делать самостоятельный выбор, отстаивать свои границы;

3. Помощь в развитии умения ставить краткосрочные и перспективные цели и достигать их;

4. Помощь в развитии умения анализировать свое эмоциональное состояние;

5. Помощь в развитии умения избегать ситуаций, связанных с различными формами саморазрущающего поведения.

Научные, методологические и методические основания программы

- Парадигма развивающего образования (Д.Б.Эльконин, В.В.Давыдов), утверждающая необходимость проектирования такой системы образования, которая не только учит детей знаниям и умениям, но обеспечивает развитие у него фундаментальных человеческих способностей и личностных качеств, что предполагает серьезную «психологизацию» педагогической практики;
- Принципы деятельностного подхода (А.Н.Леонтьев,К.А.Абульханова-Славская,В. Н. Мясищев, С. Л. Рубинштейн, В. В. Рубцов, В. Я. Ляудис и др;

- Принципы учета возрастных особенностей и личностного роста (Выготский Л.С., Петровский А.В., Божович Л.И., Кулагина И.Ю., В.Н. Колюцкий, И.В.Дубровина, А.А. Реан)
- Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними (А.Г. Макеева, Л.М. Шипицина, Березин С.В., Лисецкий К.С.);
- Организация активного социально-психологического обучения на основе законов продуктивного межличностного общения (Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М., Бодалев А.А., Макшанов С.И. Большаков В.Ю., Н.Ю. Хрящева).
- Теоретические закономерности формирования установок, зависимостей и осознанного противостояния влияния (Узнадзе Д.Н. , Палмер Дж., Палмер Л., Сидоренко Е.В. Спиркин А.Г., Франкл В.).

Описание используемых методов и методик

Основные методы:

- Арт-терапия (рисование, песочнаятерапия, мандалатерапия, работа с камушками, коллажирование).
- Сказкотерапия (притчи: процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность).

- Тематическая беседа (мини-лекция). На тематических беседах рассматриваются или обсуждаются актуальные для подростка вопросы, касающиеся его внутреннего мира эмоций и чувств, актуальных потребностей и переживаний.
- Психологические упражнения с использованием игровых и on-line платформ.
- Игровые методы.
- Психологическая диагностика.

Участники программы

Целевой аудиторией реализации программы являются учащиеся общеобразовательных учреждений, достигшие возраста 13 лет (7-11 класс), прошедшие социально-психологическое тестирование и попавшие в группу повышенной вероятности вовлечения в зависимое (аддиктивное) поведение . Осознание в этом возрасте успешности, благополучия, способности разрешать противоречия является фактором, определяющим психологическое благополучие. При этом немалую роль в подростковом возрасте играют такие свойства личности, как адаптированность, эмоциональность, саморегуляция и эмоциональная устойчивость. Группу учащихся с повышенной вероятностью вовлечения в зависимое (аддиктивное) поведение составляют подростки, с неблагоприятным соотношением факторов риска и факторов защиты по результатам СПТ.

Оценка вероятности вовлечения в аддиктивное поведение осуществляется на основе соотношения факторов риска и факторов защиты, воздействующих на обследуемых.

Результаты социально-психологического тестирования представляют собой четыре варианта обратной связи для обучающихся:

- Неблагоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты.
- Актуализация факторов риска при достаточной выраженности факторов защиты.
- Редукция факторов защиты при допустимой выраженности факторов риска.
- Благоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты.

Под факторами риска в ЕМ СПТ понимаются социально – психологические условия, повышающие угрозу возникновения дезадаптивных форм поведения. Выделяется две обобщенные группы факторов риска.

Первая - это обстоятельства и условия, регулирующие взаимоотношения общества и индивида,ивторая-индивидуальныеособенности,влияющиенаповедение. Впервую группу входят:

ПО-потребность в одобрении,

ПВГ- подверженность влиянию группы,

ПАУ - принятие аддиктивных установок социума, НСО- наркопотребление в социальном

окружении.

Вторая группа - индивидуальные особенности, влияющие на поведение, включает в себя:

СР-склонность к риску,

И - импульсивность,

Т-тревожность, Ф -фрустрация.

Факторы защиты определяют степень социально-психологической устойчивости к риску.

ПР - принятие родителями,

ПО-принятие одноклассниками,

СА - социальная активность,

СП-самоконтроль поведения,

С-самоэффективность,уверенностьвсвоихсилахдостигатьпоставленныхцелей.

Сверх высокие значения по субшкалам шкалы «Факторы риска» и сверхнизкие значения по субшкалам шкалы «Факторы защиты»определяют уровень риска вовлечения в аддиктивное поведение.

При определении групп повышенного внимания следует учитывать:

- Полученные результаты носят только прогностический, вероятностный характер;
- Результаты должны быть использованы в обобщенном виде при планировании профилактической и коррекционно-развивающей работы;
- ЕМСПТ позволяет выявить только потенциальную группу повышенного внимания, т.е. обучающихся, у которых высока вероятность проявления дезадаптивных форм поведения;
- На результаты тестирования распространяется режим конфиденциальности. Персональные результаты могут быть доступны только трем лицам: родителю, ребенку и педагогу-психологу.

Общий алгоритм организации профилактической работы по результатам СПТ

Общий алгоритм организации профилактической работы по результатам СПТ включает в себя следующие шаги:

1. Проанализировать результаты тестирования и выделить обучающихся групп повышенного внимания.

2. Выделить общие направления деятельности образовательной организации и по группам повышенного внимания.

3. Выделить обучающихся, с которыми необходимо провести индивидуальную коррекционно-развивающую работу, составить индивидуальную программу для обучающихся, попадающих в зону высочайшей рискогенности условий. На основании различных сочетаний данных показателей можно выделить 3 группы повышенного внимания и, соответственно, 3 направления профилактической работы (см.таблицу1).

Таблица1

Группы обучающихся с повышенной вероятностью вовлечения

Группы ПВВ	**Группа№1** ФР-высокий; ФЗ-низкий Неблагоприятное сочетание факторов риска (высокие показатели) и факторов защиты (низкие показатели)	**Группа №2** Актуализация факторов риска при достаточной выраженности факторов защиты	**Группа №3** Редукция факторов защиты (низкие показатели)при допустимой выраженности факторов риска (высокие показатели)
Задачи профилактической работы	Освоение навыков преодоления трудных ситуаций Обучение копинг-стратегиям Работа по изменению социальной ситуации	Актуализация личностных ресурсов Формирование просоциальных ценностных ориентаций Коррекция импульсивности, обучение навыкам оценки риска	Повышение самооценки, развитие«Я–концепции» Развитие коммуникативных навыков Обучение самопрезентации
Формы профилактической работы с подростками	Углубленная диагностика Индивидуальные Коррекционно-развивающие занятия	Создание ситуаций успеха Вовлечение в досуговую Вовлечение в Социальные акции Работа по сплочению классного коллектива	Создание ситуаций успеха Вовлечение в досуговую деятельность Вовлечение в социальные акции

Формы работы с родителями	Консультирование по результатам СПТ Диагностика детско-родительских отношений Консультирование по стилям семейного воспитания	Выступление на родительском собрании по результатамСПТ Мини-лекция «Стилисемейного воспитания»	Выступлениепа родительском собрании по результатамСПТ Мини-лекция «Стилисемейного воспитания»

4. Ориентируясь на подтвержденные показатели факторов риска и факторов защиты, формируется программа психолого-педагогического сопровождения.

5. Сроки реализации и количество занятий зависят от профиля результатов СПТ и динамики диагностической программы.

6. Результативный этап. Данные СПТ следующего учебного года, дают нам возможность сравнить результаты. Если подросток по результатам СПТ не попадает в группу Повышенной вероятности вовлечения в зависимое поведение, то психолого-педагогическое сопровождение считается результативным. Пошкальный анализ позволяет определить наиболее актуальные направления психолого-педагогической деятельности:

Выраженность факторов риска

- Выраженность фактора «потребность в одобрении» требует развития адекватной самооценки, чувства самоуважения, позитивного самоотношения.
- Высокие показатели по фактору «подверженность влиянию группы» ставят задачи развития способности делать самостоятельный выбор, навыков противостояния манипуляции, формирования представлений о личных границах, умения отстаивать собственную позицию, защиты своего персонального пространства.
- Выраженность фактора «принятие асоциальных установок социума» актуализирует работу по формированию просоциальной системы ценностей, целей и установок, самостоятельного и критического мышления.
- Выраженность фактора «наркопотребление в социальном окружении» требует формирования осознанного неприятия внешнего негативного воздействия и закрепления внутренней устойчивой позиции мотивированного отказа от вовлечения в употребление ПАВ. При повышенных значениях данной шкалы следует проанализировать процессы организации воспитательной работы с данной категорией обучающихся в образовательной организации; включить дополнительные социально-профилактические меры, ориентированные на междисциплинарное взаимодействие специалистов; провести дополнительный анализ реализуемых программ воспитательной работы и внести изменения с опорой на включение данной категории детей, класса, группы в активную социальную деятельность с привлечением специалистов ПДНМВД, включением в работу ближайшего семейного окружения, использованием спектра программ восстановительного подхода, в том числе возможностей внедрения в воспитательную модель школы ресурса института наставничества.
- Выраженность фактора «склонность к риску» заставляет задуматься о разработке мер по формированию модели ответственного поведения в ситуациях, связанных с риском для себя и своего здоровья.
- Выраженность факторов «импульсивность», «тревожность» говорят о Необходимости развития навыков самоконтроля поведения, обучению приемам совладания, развитию эмоционально-волевой сферы, рефлексии, осознания своего эмоционального состояния и состояния других людей.
- Выраженность значений по субшкале «фрустрация» показывает необходимость

формирования умения конструктивно преодолевать простые и сложные жизненные трудности, развивать жизнестойкую позицию, раскрывать внутренние ресурсы личности.

Редукция факторов защиты

При получении подобных результатов необходимо усиление профилактической работы, направленной на поддержание и укрепление ресурсов защиты. Данная категория Обучающихся нуждается в постоянном педагогическом контроле, в «особом внимании»со стороны педагогов. Специалистам образовательной организации следует уделить внимание содержательному анализу условий, которые помогут сформировать факторы защиты непосредственно в школьной среде. По шкальный анализ позволяет определить направленияпсихологопедагогическойиндивидуальнойработесклассом,группойвчасти укрепления факторов защиты.

- Редукция фактора «принятие родителями» показывает необходимость формирования позитивного отношения к семье, ответственного, уважительного отношения к внутрисемейному общению. Требуется дополнительная работа не только с обучающимися, но и родителями с целью укрепления семейных связей, актуализации существующих ресурсов семьи и скрытых воспитательных потенциалов. В свою очередь, образовательной организации необходимо регулярно информировать родителей о спектре психолого-педагогических возможностей школы, включая проведение индивидуальных консультаций обучающихся и их родителей (законных представителей), в том числе по результатам СПТ.
- Редукция фактора «принятие одноклассниками» актуализирует развитие коммуникативной компетентности обучающихся, умения общаться с окружающими, понимать их поведение и пояснять мотивы своего, умения сопереживать, оказывать и принимать психологическую поддержку.
- Выраженная редукция фактора «социальная активность» ориентирует специалиста на разработку занятий с возможностью проектировать социальные ситуации,
  Направленные на самопроявление обучающихся, на обеспечение включения обучающихся в проектную или внеурочную деятельность, способствующую раскрытию внутреннего потенциала личности. За внешней пассивностью может скрываться неумение проявить себя, скрытая боязнь совершить ошибку, быть не принятым в классном коллективе либо, напротив, неприятие, отторжение данного социума, дистанцирование себя от группы по причине несовпадения ценностных установок индивида и группы.
- Следует уделить особое внимание категории обучающихся, у которых редукция фактора защиты «социальная активность» сочетается с актуализированными факторами риска «потребность в социальном одобрении», «тревожность».
- Приредукциифакторазащиты«самоконтрольповедения»необходимообучение приемам совладания, развитие эмоционально-волевой сферы, понимания своего эмоционального состояния и состояния других людей.
- Особого профессионального внимания заслуживают обучающиеся, у которых выявляется сочетание редукции фактора защиты «самоконтроль поведения» с актуализированными факторами риска «импульсивность»,«наркопотребление в социальном окружении».
- Редукция фактора «самоэффективность» требует развития навыка решения
  простых и сложных жизненных трудностей, формирования компетентностей в области их преодоления, формирования жизнестойкой позиции, раскрытия внутренних ресурсов личности. Этот фактор требует отдельного внимания при сочетании с редукцией фактора «социальная активность» и актуализацией факторов риска «потребность в одобрении», «фрустрация», «тревожность».

Алгоритм составления индивидуальных программ сопровождения

Чтобы разработать эффективную программу индивидуального сопровождения несовершеннолетнего, необходимо следующее:

1. Провести углубленную психолого-педагогическую диагностику (можно использовать

диагностические методики, указанные в таблице, а также каталог диагностических методик).

2. Определить цели и задачи индивидуальной работы. Цель должна быть сформулирована максимально конкретно, с учетом особенностей несовершеннолетнего, выявленных в ходе СПТ и дополнительной диагностики. Задачи, в свою очередь, раскрывают поставленную цель и являются этапами или направлениями реализации цели. Формулировка задач так же должна быть конкретной и точной. В этом случае становится возможным выбор наиболее подходящих мероприятий и ресурсов.

3. Определить условия и сроки реализации программы. Сроки реализации устанавливаются в зависимости отсложности ситуации объема необходимой работы.

4. Определить содержание и формы работы.

5. Спланировать результаты работы. Оформление этой части программы дает возможность еще раз уточнить и скорректировать цели, задачи работы. Для того, чтобы данный раздел стал информативным, следует максимально конкретно и точно описать планируемые результаты.

Варианты формулировки планируемых результатов реализации программы:

- Освоены навыки конструктивного решения конфликтов;
- Сформированы навыки саморегуляции;
- Уменьшение количества проявлений импульсивного поведения и т.п.

Таким образом, **программа индивидуальной профилактической и коррекциооно-развивающей работы обязательно включает в себя следующие компоненты** (см.Приложение1):

1. **Паспорт программы**, включающий краткое обоснование разработки программы, Результаты диагностики, определение условий и длительности реализации программы, постановку цели и задач программы, общие сведения об учащемся;

2. **Протокол встречи с родителями**

3. **Содержание индивидуальной коррекционно-развивающей программы педагога-психолога** - компонент, включающий основные виды коррекционно- развивающей деятельностипедагога-психологаспланируемымирезультатамиидатамипроведения

Обязательные занятия коррекционно-развивающей работы педагога психолога:

Занятие 1: «Темперамент. Я-позиция» - 1 час

Занятие2: «Позитивное мышление»-1час

Занятие3:«Самооценка и Я-концепция»-1час

Занятие 4: «Эмоции и чувства» - 1 час

Занятие5:«Управление эмоциями. Тревожность и стресс»-1час

Занятие 6: «Я и мое будущее» - 1 час

4. **План работы**- компонент, включающий основные виды деятельности специалистов, задействованных в коррекции и контроле личностных особенностей и поведения учащегося, мероприятия с указанием сроков реализации;

5. **Лист результативности психолого-педагогического сопровождения**-компонент программы, в котором формулируются результаты реализации программы в виде особенностей личности, которые возможно проверить средствами психолого- педагогической диагностики (наблюдение, тестирование, анкетирование, метод экспертных оценок и т.п.);

6. **бланк оценки результативности психолого-педагогического сопровождения и коррекционно-развивающейработы**–аналитический компонент оценки результатов коррекционно-развивающей работы педагога-психолога;

7. **бланк анализапсихолого-педагогического сопровождения и взаимодействия специалистов** – аналитический компонент оценки результатов коррекционно-развивающей работы специалистов, задействованных в работе с конкретным учащимся с дальнейшими рекомендациями по контролю и наблюдению в пост коррекционный период.

Проведение углубленной диагностики

В некоторых случаях результаты социально-психологического тестирования требуют уточнения. Например, высокий уровень показателя по фактору «Тревожность» или низкий уровень по фактору «Принятие одноклассниками» может быть обусловлен ситуативно (волнение перед тестированием, ссора с одноклассниками). Во избежание ошибок в интерпретации результатов необходимо провести дополнительную диагностику, направленную на исследование конкретных показателей.

Дополнительной задачей диагностики является формирование положительной мотивации у подростков на взаимодействие с педагогом-психологом, особенно в случаях, если у несовершеннолетних имеются негативные установки по отношению к педагогам-психологам. Педагог-психолог рассказывает о том, что результаты конфиденциальны и будут храниться только у педагога-психолога. В таблице 2 приведены методики, рекомендованные для дополнительного исследования обучающихся.

Таблица2

Методики для проведения дополнительной диагностики

	Название применяемых методик	**Диагностируемые показатели**
1	Патохарактерологический диагностический опросник для подростков(ПДО),Н.Я. Иванов,А.Е. Личко.	Определение типов акцентуаций характера и типов психопатий, а также сопряженных сними личностных особенностей
2	Опросник акцентуаций характера Леонгарда–Шмишека	Исследование акцентуаций личности в подростковом возрасте
3	Тест Кеттелла (подростковый вариант)	Оценка индивидуально-психологических Особенностей личности
4	Методика «Склонность к девиантному поведению» (Э.В. Леус)	Склонность к преодолению норм и правил; аддиктивному поведению; самоповреждению и саморазрушению; агрессии и насилию; Делинквентному поведению; волевой контроль эмоциональных реакций.

5	Опросник «Диагностика социально-психологической адаптации» (К. Роджерс, Р. Даймонд)	Уровень социально-психологической адаптации; принятие/непринятие себя; принятие/непринятие других; эмоциональный комфорт/дискомфорт; внутренний/внешний контроль; доминирование/ведомость; экспатизм (уход в себя).
6	Опросник агрессивности Басса-Дарки	Склонность к:физическойагрессии;вербальной агрессии; косвенной агрессии; негативизму; раздражению; подозрительности; переживанию обиды; переживанию чувства вины.
7	Опросник «Анализсемейных взаимоотношений» (Э. Г. Эйдемиллер,В.В.Юстицкис) или семейная социограммаЭ. Г. Эйдемиллера	Принятие ,эмпатия, эмоциональная дистанция, сотрудничество, принятие решений, конфликтность, поощрение автономности, требовательность, мониторинг, контроль, авторитарность, оказание поощрений, реализация наказаний, непоследовательность родителя, неуверенность родителя, удовлетворение потребностей ребенка, неадекватность образа ребенка,ит.д.
8	Тест-опросник Самоотношения (В.В.Столин, С.Р. Пантелеев)	Глобальное самоотношение; самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутсимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе;уровень конкретных действий в отношении к своему «Я».
9	Методика «Индекс жизненногостиля»(LifeStyle Index). (Р. Плутчик, Г. Келлерман)	Диагностика ведущих механизмов психологической защиты индивида
10	Цветовой тест Люшера	Актуальное психоэмоциональное состояние, психофизиологическое состояние человека, его стрессоустойчивость, активность и Коммуникативные способности, причины
		Психологического стресса.
11	«Рисунок несуществующего животного»(М.З.Дукаревич).	Особенности личности, актуальное Психоэмоциональное состояние
12	Метод Незаконченные предложения(Сакси Леви)	Отношение к отцу, отношение к себе, нереализованные возможности, страхи и опасения, отношения к друзьям ,отношения к своему прошлому, отношение к противоположному полу, сексуальные отношения, отношения к семье.
13	Теструки Вагнера(Hand Test)	Коммуникация, зависимость, демонстративность.
14	Тест СОП(методика склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орёл)	Оценка рисков вовлечения в употребление, проявление дезадаптивного, анвитального поведения.
15	Диагностика самооценки Дембо-Рубинштейна	Уровень самооценки самоанализ

16	Методика диагностики уровня социальной фрустрированности (Л. И. Вассермана, модификация В.В. Бойко)	Склонность к фрустрации анализ ее наличия/ выраженности
17	Тест фрустрационных реакций Розенцвейга	Склонность к фрустрации анализ ее наличия/ выраженности
18	Самоактуализационный тест-САТ	Актуализации личности
19	Тест школьной тревожности Филлипса	Оценка уровня тревожности

Содержание программы сопровождения

Основным направлением программы сопровождения является индивидуальная работа классного руководителя, социального педагог, педагога-психолога с подростком и родителями. Родители подростков включаются в индивидуальную работу с целью коррекциидетско-родительскихотношений,развитияпедагогическихнавыковинавыков эффективного общения с подростком, информирования о психологических особенностях ребенка, правах и обязанностях по его воспитанию и т.п. С классным руководителем проводится работа по развитию навыков эффективного взаимодействия с подростком, выработкаобщихподходовквоспитаниюобучающегося,разрешениюконфликтных ситуаций между учащимся и педагогом.

Таблица3

Содержание работы специалистов сучащимся«группы риска»их взаимодействие

Содержание работы с несовершеннолетним	**Содержание работы с родителями**	**Содержание работы с Классным руководителем**
Индивидуальные психологические консультации: - по результатам СПТ; - по решению конфликтных	*Индивидуальные психологические консультации:* - по результатам СПТ с целью информирования об	*Индивидуальные психологические консультации:* -порезультатам СПТс целью учета
ситуаций, -по определению стратегии самопознания или саморазвития.	индивидуальных особенностях ребенка; - по решению конфликтных ситуаций с ребенком; - по повышению психолого-педагогической компетентности родителей.	индивидуальных особенностей несовершеннолетнего при организации образовательной и воспитательной работы; - по решению конфликтных ситуаций с несовершеннолетним, его родителями; - по выбору дополнительных средств коррекционного воздействия

Индивидуальные коррекционные занятии яс несовершеннолетним: - по развитию самостоятельности и инициативы; - по повышению локус контроля; - по развитию навыков саморегуляции, обучению методам релаксации; - по развитию ценностных ориентаций; - повышению уверенности, коррекции самооценки.	*Информирование о проводимой работе:* - с целью согласования воспитательных воздействий; - с целью обсуждения результатов работы и определения дальнейших направлений работы.	*Информирование о проводимой работе:* -с целью использования информации в Образовательном процессе.
Включение в групповую работу с классным коллективом: -по развитию коммуникативных навыков, навыков конструктивного общения; -по сплочению коллектива.	*Групповая работу с классным коллективом*	*Включение в социально значимую деятельность ,в том числе и посредством межведомственного взаимодействия:* - вовлечение в волонтерское движение; - профориентация через участие в профильных мероприятиях; - вовлечение в дополнительное образование.

В соответствии с имеющимися кадровыми ресурсами образовательная организация в праве реализовывать отдельные направления работы с подростком, его семьей и педагогами.

Содержание индивидуальной коррекционно-развивающей программы педагога-психолога с учащимся _____класса

ФИО_____

№	Мероприятие, форма проведения	Планируемый результат	Ответственный	Сроки
1	Консультация по работе с учащимся для Классного руководителя	Выстраивание психологически комфортной и безопасной Среды в классном коллективе с учетом индивидуальных Особенностей учащегося	Педагог-психолог	
2	Консультация для родителей учащегося Тема:«Как общаться с подростком?» с учетом его особенностей	Создание дома благоприятной атмосферы, коррекция детско-родительских отношений. Родители получат информацию о способах выстраивания Бесконфликтного общения с подростком; получат эмоциональную поддержку со стороны образовательной организации в вопросах воспитания ребенка.	Педагог-психолог	
3	Проведение коррекционно-развивающего занятия: «Темперамент. Я-позиция»	Подросток получит представление о своих индивидуальных психологических особенностях, научится их учитывать в различных жизненных ситуациях	Педагог-психолог	
4	Проведение коррекционно-развивающего занятия: «Позитивное мышление»	Формирование привычек ЗОЖ, позитивного отношения к неудачам, мировоззрения, основанного наотношениик жизни, как главной ценности	Педагог-психолог	
5	Проведение коррекционно-развивающего занятия: «СамооценкаиЯ-концепция»	Несовершеннолетний сможет оценить особенности своей личности, которые помогают ему в жизни, а которые мешают, формирование уверенности в себе, коррекция самооценки, формирование умения сказать: «Нет!», отстаивания личностных границ	Педагог-психолог	
6	Проведение коррекционно-развивающего занятия: «Эмоциии чувства»	Несовершеннолетний научится определять свое эмоциональное состояние в стрессовой ситуации; получит знания об эмоциональном интеллекте, важности выражения эмоций	Педагог-психолог	
7	Проведение	Несовершеннолетний научится	Педагог-	

	коррекционно-развивающего занятия: «Управление эмоциями. Тревожность и стресс»	управлять своим эмоциональным состоянием в стрессовой ситуации; освоит техники саморегуляции эмоционального состояния	психолог	
8	Проведение коррекционно-развивающего занятия: «Я и мое будущее»	Подросток научится ставить жизненные цели, планировать способы их достижения	Педагог-психолог	
9	Индивидуальная консультация для несовершеннолетнего с целью информирования о возможности получения психолого-педагогической помощи (ЦППМИСП, телефон доверияит.д.)	Несовершеннолетний Получит знания о возможностях получения психологической Помощи не только в школе, но и в других организациях.		

Содержание индивидуальных коррекционно-развивающих занятий с подростком

Занятие 1: «Темперамент. Я-позиция»

Цель занятия:

Формирование и развитие представлений о темпераменте, типах нервной системы, типах адаптации; формирование умений определять свой тип темперамента, нервной системы, успешной социализации в обществе, анализ собственно Я-позиции в школьном коллективе, социуме, в семье.

Задачи занятия:

- научить обучающегося исследовать свою индивидуальность;
- ознакомить обучающегося с понятиями: темперамент, типы темперамента, свойства нервных процессов, тип нервной системы, соотношение типов темперамента и типов нервной системы, соотношение темперамента и профессий;
- побудить обучающегося к размышлению о значении изучаемых понятий в его жизни и их роли в сохранении здоровья.

Ход занятия:

1. Обсуждение вопросов :Какие типы темперамента ты знаешь? Влияет ли темперамент на выносливость человека? Что такое социум и социализация? Что такое Я-позиция?

2. Информация по теме. Знакомство с понятиями: психодинамические особенности, типы нервной системы, темперамент, эмоциональная устойчивость, я-позиция, социум, социализация, факторы успешной адаптации.

3. Задание «Познай себя». Проводится тестирование динамических свойств индивидуальности: подростковый вариант опросника Айзенка. Проводится обсуждение результатов. Вывод: Не бывает «хорошего» или «плохого» темперамента. Вопрос «Кем лучше быть?»не имеет смысла, как и вопрос «Какое время года лучше?».В каждом есть

Свои плюсы и минусы. Надо их знать и действовать, выбирая эффективную модель Поведения в зависимости от ситуации, не идя на поводу у природных качества развивая их.

4. Рефлексия.

После завершения работы над упражнениями и заданиями проводится рефлексия личного опыта работы с материалом.

Занятие 2:«Позитивное мышление»

Цель занятия:

Формирование привычек ЗОЖ, позитивного отношения к неудачам, мировоззрения, основанного на отношении к жизни, как главной ценности.

Задачи занятия:

- Научить обучающегося видеть смысл и ценность жизни;
- ознакомить обучающегося с понятиями: ЗОЖ, позитивное мышление, негативное мышление,факторызащиты,факторыриска,формированиересурсногосостояния и поиска внутренних ресурсов;
- побудить обучающегося к размышлению о значении изучаемых понятий в его жизни, формировании здорового образа жизни, ценностного отношения к самому себе.

Ход занятия:

1. Обсуждение вопросов: Что такое ЗОЖ? Влияет ли образ жизни человека на его успешность? Что такое ресурсное состояние, где мы можем брать эти ресурсы? Что такое позитивное и негативное мышление?

2. Информация по теме. Знакомство с понятиями: ЗОЖ, позитивное мышление, негативное мышление, факторы защиты, факторы риска, формирование ресурсного состояния и поиска внутренних ресурсов;

3. Задание «Познай себя». Проводится арт-терапевтическое упражнение на позитивность мышления. Работа с метафорами и притчами.

Вывод: Неудача-это зона развития, а не повод для разочарования. Позитивное мышление меняет отношение к привычным ситуациям, ранее вызывавшим стресс, тревогу, аппатию.

4. Рефлексия.

После завершения работы над упражнениями и заданиями проводится рефлексия личного опыта работы с материалом.

Занятие 3:«Самооценка и Я-Концепция»

Цель:

осознание проявлений индивидуальных особенностей характера в различных областях жизнедеятельности, в том числе, в профессиональной.

Задачи:

- Познакомить обучающегося с основными понятиями темы;
- Развить навыки самоанализа с помощью определения своих черт характера.

Ход занятия:

1. Обсуждение вопросов: Приходилось ли тебе слышать выражение «он или она – личность»? Считаешь ли ты себя личностью? Сталкивался/ась ли ты с тем, что ты поступал/акак-тонеожиданнодлясамого/ойсебя?чтотебенеобходимоузнатьсебя получше?

2. Информация по теме. Знакомство с понятиями: личность и индивидуальность; границы личности; самооценка; самоуважение; убеждения и принципы; самостоятельность и ответственность.

3. Задание «Познай себя». Проводится тест «Самооценка» Дембо-Рубинштейна Проводится обсуждение результатов.

4. Рефлексия.

После завершения работы над упражнениями и заданиями проводится рефлексия личного опыта работы с материалом.

Занятие 4:«Эмоции и чувства»

Цель занятия:

Познакомить обучающегося с навыками эффективных способов выражения эмоций и чувств.

Задачи:

- Развить навыки регуляции своего эмоционального самочувствия через творческое самовыражение и поиск различных конструктивных способов поведения, исключающих потребление психоактивных веществ и других деструктивных действий.

Ход занятия:

1. Обсуждение вопросов: встречался/ась ли ты с понятиями «чувства» и «эмоции»? Отличаешь ли ты одни от других? Приходилось ли тебе испытывать сильные чувства? Связаны ли твои поступки с тем, что ты чувствуешь? Сложно ли выражать тебе свои эмоции и чувства? Важно ли уметь понимать эмоции и чувства других людей?

2. Информация по теме. Знакомство с понятиями: эмоциональная сфера личности, чувства, эмоции, аффекты, настроения.

3. Задание «Познай себя».Проводится тестирование свойств индивидуальности(цветовой тест Люшера). Проводится обсуждение результатов. Арт-терапевтическое упражнение
«Цвет моего настроения».

4. Рефлексия.

После завершения работы над упражнениями и заданиями проводится рефлексия личного опыта работы с материалом.

Занятие 5:«Управление эмоциями. Тревожность и стресс»

Цель занятия:

Формирование и развитие представлений о стрессе, действиях людей в сложных Стрессовых ситуациях, способах преодоления стресса, развитие умений анализировать и оценивать сложные жизненные ситуации и находить способы преодоления трудностей.

Задачи:

- Ознакомить обучающегося с понятиями: стресс, сила нервной системы, эмпатия, конфликт, стрессоустойчивость, агрессивность, способность сопереживать, правильно вести себя в конфликте, тревожность, саморегуляция;
- побудить обучающегося к размышлению о значении изучаемых понятий в их жизни и их роли в сохранении здоровья.

Ход занятия:

1. Обсуждение вопросов: приходилось ли тебе встречаться сосложными жизненными ситуациями, которые вызывали бы тебя ощущение затруднения и воспринимались бы тобой как препятствия в достижении каких-либо целей или в исполнении желаний, мешали бы спокойному течению твоей жизни? Интересно ли тебе знать об эффективном поведении в сложных жизненных ситуациях?

2. Информация по теме. Знакомство с понятиями стресс, признаки стресса, стадии развития стресса, положительные стороны стресса, стрессоустойчивость, понятие об агрессии, эмпатии, саморегуляции, тревожности, самооценке.

3. Задание «Познай себя». Арт-терапевтическое упражнение «Мой гнев, мои страхи» Проводится обсуждение результатов. Изучаются методики саморегуляции и контроля психоэмоционального состояния. Обсуждается, от чего зависит поведение человека, попавшего в трудную жизненную ситуацию (от количества и сложности стрессовых ситуаций, пережитых им за последнее время, имеющихся у него физиологических и психологических ресурсов для противостояния стрессу (стрессоустойчивость), умение справляться с чувством волнения и тревоги, знание своей агрессивности и эмпатии, умения управлять им).

4. Рефлексия.

После завершения работы над упражнениями и заданиями проводится рефлексия личного опыта работы с материалом.

Занятие 6: «Я и моё будущее»

Цель:

Осознание обучающимся связей между различными событиями жизни и перспективы своей жизни.

Задачи:

- анализ собственного жизненного опыта обучающегося, установление причинно-следственных связей между событиями жизни;
- получение наглядного образа своей жизни;
- развитие навыка согласования дальней и ближней перспективы;
- развитие навыков целеполагания и планирования поэтапной реализации целей;
- понимание критериев жизненного успеха.

Ход занятия:

1. Информация по теме. Знакомство с понятиями: структура жизни, профессиональный выбор, жизненныйвыбор,целеполагание,планирование,жизненныепланы,жизненный успех.

2. Упражнение 1 «Линия жизни». Цель: способствовать формированию временной перспективы, планов на будущее. Описание: подростку предлагается провести линию своей жизни, предварительно разделив лист пунктирной горизонтальной чертой. Участки линии, расположенные выше пунктира, обозначают позитивные события, успехи и радости. Участки, находящиеся ниже пунктира, отражают горести, печали, негативный опыт. «Линия жизни» должна отражать как прошлые события, от рождения до настоящего, таки будущее, от настоящего до периода через 60лет. Обозначенные на линии события необходимо датировать и подписать.

Обсуждаются вопросы:

- Каких событий больше произошло в прошлом – положительных или отрицательных?

- Какие события чаще прогнозируются в будущем –приятные или неприятные?

- Где получилось больше событий – в прошлом или в будущем? Почему?

Упражнение2«Мои цели» Цель: повышение уровня понимания мотивов собственного поведения и собственных потребностей. Для того, чтобы оценить наши истинные потребности, я предлагаю ответить на следующие вопросы:

а. В первую графу («Чего я хочу?») впиши все свои намеченные цели в формулировках, включающих слова «стать», «быть», «иметь», «добиться» и прочее.

б. Теперь по каждой из ваших «целей» дай четкий и недвусмысленный ответ на вопрос: «Что это мне даст?», т.е. опиши то, что вы получите в результате удовлетворения каждой из них.

в. Наконец, по каждому пункту из графы «Что это мне даст?» ответь на очень важный и, конечно же, коварный вопрос: «Зачем мне это надо?» и, в случае, если удовлетворительный ответ поэтому поводу найти не удастся, просто вычеркни соответствующую «цель» из графы «Чего я хочу?», чтобы в последствии в серьез заняться всем тем, что там осталось. Педагог-психолог при этом помогает подростку определить свои основные желания. Например, «Ты говоришь о том, что хотел бы выступать на сцене. Могу ли я говорить о том, что таким образом ты хочешь самореализоваться, получать внимание, быть востребованным, нужным и любимым?» Важно подростку только предлагать формулировки, при этом оставлять за ним право выбора той или иной формулировки или заменить на свою собственную.

3. Рефлексия.

После завершения работы над упражнениями и заданиями проводится рефлексия личного опыта работы с материалом.

Оценка результативности работы

В связи с тем, что социально-психологическое тестирование является ежегодной процедурой, повторное проведение СПТ непосредственно после завершения программы сопровождения не проводится. Для оценки результативности работы используются тестовые и диагностические методики, структурированное наблюдение за подростками

Опрос лиц, входящих в сферу социального взаимодействия подростка, результаты фиксируютсяпедагогом-психологомвсоответствующихформахиндивидуальной программы сопровождения несовершеннолетних «группы риска» результатам СПТ.

Если учащийся попадает в группу риска2 учебных года подряд, то специально разрабатывается под него расширенный план работы по сопровождению и коррекции.

Список литературы

1. КучегашеваП.П., ОрешкинаН.В. ,КолотеваЕ.Ю. и другие. Психолого-педагогическая программа «Как не просмотреть беду…» / Волгоград: 2021. - 85 л.

2. УстюговаИ.А. Методические рекомендации по организации психолого-Педагогического сопровождения обучающихся групп явного и латентного риска по результатам социально-психологического тестирования, направленного на профилактику незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ / Муниципальное бюджетное учреждение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи». Старый Оскол: 2021. - 19