


Департамент социальной защиты населения Вологодской области
Бюджетное учреждение социального обслуживания для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Вологодской области «Великоустюгский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей»

УТВЕРЖДЕНО
И.о. директора
БУ СО ВО «Великоустюгский центр помощи
детям, оставшимся без попечения родителей»
_____ О.С. Тенигина
24 августа 2023 г.



**Рабочая программа
профилактики деструктивного поведения подростков
«По дороге к успеху»**

Возраст детей – 12 до 17 лет

Категория **детей**
несовершеннолетние из семей,
находящихся в трудной жизненной
ситуации и признанные в социально
опасном положении, склонные к
деструктивному поведению.

Срок реализации – 3 месяца

Разработчики:

Амосова Елена Витальевна,
психолог
БУ СО ВО «Великоустюгский центр
помощи детям, оставшимся без
попечения родителей»

**2023 год
Великий Устюг**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема распространения деструктивного поведения в детско-юношеской среде не утрачивает своей актуальности. Социализация современных детей и молодежи характеризуется неопределенностью, непредсказуемостью и ценностно-ориентационной неустойчивостью. Усугубляется отчуждение между поколениями, включающее неприятие детьми и молодежью широкого спектра норм и ценностей старших членов общества. Утрачена ценность труда и образования при возрастании ценности досуга, воспринимаемого не как свободное от труда время, а как основная сфера жизнедеятельности.

Основными агентами социализации детей и молодежи являются уже не семья и государство в лице социальных институтов, а медийно-информационная среда с девиантогенными послылами и стимулами. Таким образом, развлекательно-досуговые и потребительские устремления детей и молодежи, подкрепляемые медийно-информационной средой, при одновременном пренебрежении к труду и образованию формируют базис для деструктивного поведения. Ученые фиксируют стремительную примитивизацию ценностно-смысловой сферы у подрастающих поколений, выявляют в сознании детей и молодежи оправдательные установки относительно аддикций, насилия, суицидов, сексуальных патологий. Подростки, молодые люди не только не считают нужным вести борьбу с социальными патологиями, но и даже не осуждают их, демонстрируя равнодушие и цинизм. Перечисленные обстоятельства вызывают обоснованную общественную тревогу. Очевидна потребность в разработке действенных профилактических мер в сфере предупреждения деструктивного поведения детей и молодежи.

Сущность деструктивного поведения. В психологии поведение разделяется на две основные категории: *конструктивное* и *деструктивное* или нормальное и аномальное. Аномальное поведение, из которого вытекает деструктивное поведение, характеризуется тем, что является не одобряемым со стороны общества, нестандартным, а порой даже патологическим. Оно может являться отклонением, с точки зрения социальных, медицинских и психологических установок. Деструктивное поведение человека является основной причиной различных проблем человека, связанных как с межличностными отношениями, так и с физическим здоровьем. Своим деструктивным поведением мы сами лишаем себя любви, успеха, здоровья и счастья. Деструктивное поведение, как правило, начинается с желания почувствовать себя более комфортно. Это своеобразная защитная реакция. Корни такой реакции часто уходят в переживания детства.

Деструктивное поведение - это устойчивое поведение психически здоровой личности или группы лиц, отклоняющееся от наиболее значимых в конкретном обществе социальных норм, причиняющее реальный ущерб самой личности, ближайшему окружению, обществу в целом.

Это поведение разрушительное, отклоняющееся от медицинских и психологических норм, приводящее к нарушению качества жизни человека, снижению критичности к своему поведению, когнитивным искажениям восприятия и понимания происходящего, снижению самооценки и эмоциональным нарушениям, что, в итоге приводит к состоянию социальной дезадаптации личности, вплоть до её полной изоляции. Деструктивность неизбежно присутствует у каждого индивида,

однако обнаруживается, как правило, в переломные моменты его жизни. Прежде всего это относится к подросткам, возрастные особенности психики которых, в совокупности с проблемой социализации и недостатком внимания со стороны взрослых, приводят к деструктивным изменениям личности. Под деструктивными изменениями личности следует понимать патологический процесс разрушения структуры личности или отдельных её элементов.

В основном психологи разделяют деструктивное поведение на две большие группы:

Делинквентная форма поведения – представляет собой противозаконные действия человека, что влечёт за собой криминальную, административную и правовую ответственность (семейно-бытовые конфликты, ДТП, несоблюдения дисциплины, грубые проступки).

Девиантная форма поведения – модель поведения, противоречащая моральным, нравственным и этическим представлениям общественности (алкоголизм, наркомания, склонность к суициду).

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Профилактика проявления деструктивных форм поведения подростков.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1. формировать сопротивление давлению сверстников, умения сказать «нет», обучить адекватным способам эффективного разрешения конфликтных ситуаций;
2. повысить ответственность за свое поведение;
3. выработать позитивные жизненные цели и мотивацию к их достижению;
4. формировать положительную нравственную направленность личности;
5. развивать коммуникативные и социальные навыки, адекватную самооценку;
6. формировать навыки самопознания, устойчивой «ЯКонцепции», уверенности в себе;
7. научить применять навыки саморегуляции, релаксации;
8. обучать способам выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально-приемлемых формах.

АДРЕСАТ

Программа предназначена для проведения групповых занятий с подростками от 12 до 14 лет. Профилактической программой, направленной на предотвращение проявлений различных видов деструктивного поведения в подростковой среде, охвачено 60 несовершеннолетних (разделены на группы).

СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

Программа реализуется в группе дневного пребывания и включает в себя: тренинговые занятия, занятия арт-терапией, занятия в сенсорной комнате, занятия, направленные на формирование навыков безопасного поведения в различных жизненных ситуациях.

В данной программе предусмотрено 3 основных блока:

1. Групповые занятия по развитию коммуникативных навыков. Формирование уверенности в себе.
2. Групповые занятия по профилактике асоциального поведения с основами правовых знаний.
3. Групповые занятия, направленные на помощь в достижении позитивных жизненных целей.

Также предусмотрен диагностический блок для оценки результатов коррекционной работы с подростками.

Блок 1. Ввиду незрелости личности подростков и их неумения выражать свои чувства, принимать чувства других людей целесообразно начать работу с занятий, направленных на повышение коммуникативных навыков.

Цель: развитие у подростков навыков общения, осознания и выражения своих чувств, понимания и принятия чувств окружающих людей, активизация механизмов самопознания, самовыражения, формирование уверенности в себе, своих действиях и поступках.

Блок 2. Цель: формирование адекватной самооценки, повышение ответственности подростков за свои поступки, выработка позитивных жизненных целей и развитие мотивации к их достижению

Блок 3. Цель: развитие способностей к самопознанию, саморазвитию и самореализации, повышение мотивации к достижению жизненных целей.

Для оценки результативности работы в программе предусмотрен диагностический блок, который включает в себя два этапа диагностики: перед началом групповой работы по программе и по ее завершении.

Каждое занятие имеет единую структуру и включает в себя следующие виды упражнений и формы групповой работы:

1. Вводная часть:
 - 1) Актуализация темы занятия
 - 2) Разминка, упражнение - активатор
2. Основная часть:
 - 1) Мини информация
 - 2) Формирование новых представлений подростков (основные упражнения, дискуссии, мозговой штурм, игра и др.)
3. Заключительная часть:
 - 1) Подведение итогов занятия, рефлексия

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на 24 встречи, продолжительность каждой -1 академический час, частота проведения – 2 раза в неделю с сентября по ноябрь.

ФОРМЫ И МЕТОДЫ

Форма реализации программы - социально-психологический тренинг, как возможность организации взаимодействия людей в группе для решения комплекса формирующих и развивающих целей.

Каждое занятие проводится с использованием разнообразных форм и методов работы:

1. Упражнения-активаторы, используемые для создания доброжелательной рабочей обстановки и снятие психологических барьеров в общении.
2. Обсуждение происходящего в промежутках между занятиями, направленное на анализ изменений в поведении подростка.
3. Разминка в виде игры или упражнения, способствующая включению в групповую работу.
4. Упражнения, направленные на формирование адекватной самооценки.
5. Упражнения, предназначенные для развития способностей планирования поведения и анализа ситуации с прогнозом их разрешения.
6. Упражнения, способствующие формированию позитивных жизненных целей и развитию мотивации к их достижению.
7. Групповые дискуссии и мозговые штурмы как способ развития способности к анализу и прогнозу ситуации.
8. Информационно-правовая часть, направленная на усвоение правовых знаний.
9. Рефлексия, подведение итогов занятия, получение обратной связи участниками.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- повышение ответственности за свое поведение;
- сформировано умение сопротивляться давлению сверстников, умение сказать «нет».
- снижение у подростков тенденции к девиациям поведения;
- актуализация процессов социального самоопределения;
- формирование адекватной самооценки;
- достижение гармонии внутреннего «Я» и внешнего мира подростков;
- достижение подростками умения соотносить реальные возможности личности с социально одобряемой моделью поведения;
- развитие духовно-нравственного потенциала подростков

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Количество часов
1 блок «Развитие коммуникативных навыков подростков»			
1	Занятие 1. Знакомство Цель: создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия	1. Принятие правил групповой работы. 2. Упражнение-активатор «Представь свое имя». 3. Упражнение «Объявление об объявлении». 4. Упражнение «Сколько ты вешишь?». 5. Упражнение «Остров». 6. Упражнение «Ладощка». 7. Рефлексия.	1
2	Занятие 2. Какой Я	1. Упражнение-активатор «Калейдоскоп».	1

	Цель: формирование адекватной самооценки.	2. Упражнение «Если бы я был...». 3. Упражнение «Мой сосед слева». 4. Упражнение «Мои сильные и слабые качества». 5. Упражнение «Хромая обезьяна». 6. Рефлексия.	
3	Занятие 3. Модели поведения Цель: осознание причин выбора поведения в различных ситуациях.	1. Упражнение-активатор «Разожми кулак». 2. Упражнение «Представление». 3. Упражнение «Проблемы героев». 4. Упражнение «Уши — нос». 5. Упражнение «Посидите так, как сидит...». 6. Упражнение «Ситуация в автобусе» 7. Рефлексия.	1
4	Занятие 4. Моя позиция Цель: формирование навыков определения своей позиции в затруднительных ситуациях	1. Упражнение-активатор «Это я» 2. Упражнение «Да — нет». 3. Упражнение «Скажи «нет»». 4. Упражнение «Нож и масло». 5. Упражнение «Антивремя». 6. Рефлексия.	1
5	Занятие 5. Уверенное поведение Цель: формирование уверенности в себе.	1. Упражнение «Закончи предложения». 2. Упражнение «Цели и дела». 3. Упражнение «Сегодня первый день твоей оставшейся жизни». 4. Упражнение «Дружеские руки». 5. Рефлексия.	1
2 блок «Профилактика асоциального поведения с основами правовых знаний»			
6	Занятие 1. Цель: формирование доверительной атмосферы, знакомство с Конвенцией о правах ребенка.	1. Знакомство с целями данного блока. 2. Мозговой штурм «Составление портрета современного подростка». 3. Упражнение «Я хочу — я могу». 4. Групповая дискуссия «На что я имею право». 5. Информационно-правовая часть «Конвенция о правах ребенка и законодательство РФ»	1
7	Занятие 2. Цель: формирование навыков саморегуляции	1. Обсуждение в группе: «Что хорошего и что плохо происходило в последние дни». 2. Упражнение «Наши эмоции — наши поступки». 3. Упражнение «Замороженный». 4. Групповая дискуссия «Может ли несовершеннолетний привлекаться к правовой ответственности». 5. Информационно-правовая часть «Правовая ответственность несовершеннолетнего». 6. Рефлексия.	1
8	Занятие 3. Цель: формирование представлений о сущности конфликтов и способах разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с правовыми нормами в	1. Обсуждение в группе «Что происходило в последние дни». 2. Упражнение «Автобус». 3. Знакомство с понятием «конфликт» и способами разрешения конфликтных ситуаций. 4. Ролевая игра «Конфликт». 5. Групповая дискуссия «Ответственность за исход	1

	отношении ответственности за причинение морального и физического ущерба.	конфликта». 6. Информационно-правовая часть «Статьи законодательства, определяющие ответственность за причинение вреда здоровью». 7. Рефлексия.	
9	Занятие 4 Цель: выработка доверительного отношения к родителям, осознание возможности избегать конфликтов с родителями, знакомство с правами и ответственностью родителей.	1. Приветствие. 2. Обсуждение в группе «Что происходило в последние дни». 3. Упражнение «Самые добрые руки». 4. Упражнение «Список претензий». 5. Ролевая игра «Конфликт с родителями». 6. Групповая дискуссия «За что несет ответственность родитель». 7. Информационно-правовая часть «Ответственность родителей за правонарушение несовершеннолетних детей». 8. Рефлексия.	1
10	Занятие 5 Цель: выработка умения противостоять негативному влиянию группы, привитие правовых знаний об ответственности за групповые правонарушения.	1. Обсуждение в группе «Что происходило в последние дни». 2. Упражнение «Учимся говорить "нет"». 3. Упражнение «Учимся противостоять влиянию». 4. Ролевая игра «Ситуация принуждения». 5. Групповая дискуссия «Кто отвечает в толпе». 6. Информационно-правовая часть «Ответственность за групповые нарушения» 7. Рефлексия.	1
11	Занятие 6 Цель: развитие навыков, позволяющих отказаться от предложения попробовать наркотик или токсические вещества, знакомство с правовой ответственностью за хранение и распространение наркотических и психотропных средств.	1. Обсуждение в группе «Настроение». 2. Обсуждение в группе «Что происходило в последние дни». 3. Мозговой штурм «Почему люди применяют наркотики». 4. Мозговой штурм «К чему ведет проба наркотика и токсического вещества». 5. Групповая дискуссия «Что люди приобретают и что теряют от применения наркотика». 6. Групповая дискуссия «Употребление наркотика — дело личное». 7. Информационно-правовая часть «Ответственность несовершеннолетних за хранение и сбыт наркотиков и психотропных средств». 8. Рефлексия	1
12	Занятие 7 Цель: выработка навыков, позволяющих отказаться от употребления алкоголя, знакомство с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения. Ход	1. Приветствие. 2. Обсуждение в группе «Что происходило в последние дни». 3. Мозговой штурм «Почему люди употребляют алкоголь». 4. Групповая дискуссии «С пьяного взятки гладки?». 5. Информационно-правовая часть «Ответственность за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения». 6. 6. Групповая дискуссия «Альтернатива алкоголю». 7. Рефлексия.	1

13	Занятие 8 Цель: повышение самооценки подростков, развитие самосознания, знакомство с основными законами РФ.	1. Приветствие 2. Обсуждение в группе «Что происходило в последние дни». 3. Упражнение «Сказка за сказкой». 4. Групповая дискуссия «Можно ли жить без установленных правил?». 5. Информационно-правовая часть «Основные законы РФ, как и кем они устанавливаются». 6. Рефлексия.	1
14	Занятие 9 Цель: осознание последствий несоблюдения правил безопасности	Приветствие Анализ изменений в поведении подростка Дискуссия «Безопасное поведение» Составление планов безопасности Рефлексия.	1
15	Занятие 10 Цель: формирование потребности и способности к самопознанию, саморазвитию и самореализации.	Обсуждение в группе «Что изменилось во мне за время работы в группе». 2. Групповая дискуссия «Что хотелось бы изменить в образе подростка». 3. Рефлексия «Что изменилось во мне». 4. Упражнение «Чемодан». 5. Прощание.	1
3 блок «Формирование позитивных жизненных целей»			
16	Занятие 1 Цель: формирование доброжелательной рабочей обстановки	1. Знакомство с целями тренинга. 2. Выработка правил поведения на занятиях. 3. Упражнение «Молчанка-говорилка». 4. Упражнение «Установление дистанции». 5. Упражнение «Дружеская рука». 6. Рефлексия.	1
17	Занятие 2 Цель: развитие навыков принятия правил, существующих в обществе или группе, умения понимать и принимать требования и потребности других людей и общества	1. Упражнение «Узкий мост». 2. Упражнение «Король школы». 3. Упражнение «Дотронься до...». 4. Упражнение «Датский бокс». 5. Рефлексия	1
18	Занятие 3 Цель: актуализация представлений о своих сильных сторонах, развитие эмпатии и способности к конструктивному взаимодействию в группе.	1. Упражнение «Говорю, что вижу». 2. Упражнение «Ассоциации». 3. Упражнение «Взглянем вместе». 4. Упражнение «Великий мастер» 5. Рефлексия	1
19	Занятие 4 Цель: осознание собственной уникальности, своих сильных и слабых сторон и собственной полезности для окружающих и общества.	1. Упражнение «Пустое место». 2. Упражнение «Какой я?». 3. Упражнение «Банка секретов». 4. Упражнение «Друг для друга». 5. Упражнение «Бумажные мячики». 6. Рефлексия.	1
20	Занятие 5 Цель: развитие способности к самоопределению жизненных целей и определение	1. Упражнение «Подари улыбку». 2. Упражнение «Диалектика». 3. Упражнение «Волшебное зеркало». 4. Упражнение «Мои сильные стороны».	1

	необходимых качеств для их достижения	5. Упражнение «Соглашаюсь - не соглашаюсь». 6. Рефлексия.	
21	Занятие 6 Цель: развитие способностей самоопределения, прогнозирования и преодоления жизненных преград.	1. Упражнение «Спутанные цепочки». 2. Упражнение «Магазин». 3. Упражнение «Мой выбор». 4. Упражнение «Преграды». 5. Упражнение «Помощь зала». 6. Упражнение «гусеница». 7. Рефлексия.	1
22	Занятие 7 Цель: актуализация жизненных целей и развитие мотивации к их достижению	1. Упражнение «Зеркало». 2. Упражнение «кино». 3. Упражнение «Представление о времени». 4. Упражнение «Чувство времени». 5. Упражнение «Махнемся не глядя». 6. Рефлексия.	1
23	Занятие 8 Цель: повышение уверенности в достижении жизненных целей	1. Упражнение «Я знаю, что у тебя...». 2. Упражнение «Дотянись до звезд». 3. Упражнение «Мои ресурсы». 4. Упражнение «Мои достижения». 5. Рефлексия.	1
24	Занятие 9 Цель: актуализация жизненных целей и повышение мотивации к достижению жизненных целей	1. Упражнение «Строим город». 2. Упражнение «Ящик Пандоры» 3. Упражнение «Чемодан в дорогу». 4. Прощание.	1
Всего: 24 занятия			