

Программа психопрофилактической работы с детьми «Группы риска» (младший подростковый возраст)

Пояснительная записка **Актуальность программы**

Нестабильность экономической ситуации, бытовые неурядицы, недостаточный уровень семейного воспитания и в целом нездоровый образ жизни в социуме приводят сегодня к таким явлениям, как: массовое обнищание семей; асоциальное поведение детей и взрослых; безработица, низкий уровень этического, эстетического и нравственного воспитания; отсутствие ценностей или создание «антиценностей», приводящих к детской преступности, агрессии, наркомании. Привычным для нас, к сожалению, становится отклоняющееся поведение, которое делится на две категории: 1) поведение, не соответствующее нормам психического здоровья (то есть патологическое); 2) антисоциальное поведение (нарушающее социальные, культурные, правовые нормы).

Дети, склонные при определенных обстоятельствах к неадекватному способу поведения, относятся к «группе риска».

Общение является ведущим видом деятельности в подростковом возрасте, и от того, как оно протекает в этот возрастной период, зависит во многом будущее ребенка. С ранней возрастной ступени, с момента начальной стадии познания окружающего мира и себя как субъекта в нем, при наличии неблагоприятных факторов на личность ребенка (неполноценное и поверхностное его воспитание, неблагоприятная среда, неверные образцы ролевого поведения в период идентификации ребенка с окружающими его значимыми для него людьми и т.д.) возникают неверные представления у ребенка о себе, о своих возможностях, формируются неверные ценностные ориентации.

В данном возрасте центральным психологическим процессом является развитие самосознания. Это проявляется в новообразованиях данного возрастного периода: «чувство взрослости», «чувство принадлежности к группе», в появлении новых вопросов о себе, новых точек зрения, что опять-таки зависит от среды, в которой ребенок воспитывается, и от особенностей его интеллектуального развития. Если среда неблагоприятна, а интеллектуальный уровень низок, то проблема самопознания и адекватной идентификации себя по отношению к окружающим людям встает наиболее остро.

Выделяются следующие **источники опасности** для подростка:

Семья:

- гиперопека в семье;
- попустительство интересам и нуждам ребенка;
- образ жизни, поведение родителей, не принимаемые детьми;

- насилие и агрессия в семье.

Социум:

- избыток информации: видео, ТВ, Интернет, СМИ.

Я сам:

- трудность формирования жизненных ориентиров, ценностей;
- внутреннее одиночество;
- переживание собственной неудачливости;
- трудность самопонимания, неадекватная самооценка;
- отсутствие позитивных жизненных целей;
- неумение взаимодействовать с окружающими;
- неустойчивость эмоциональной сферы;
- неустойчивое развитие навыков саморегуляции;
- состояние здоровья.

Сверстники:

- противоправные формы самоутверждения;
- отношения, построенные на подчинении и зависимости; испытании себя и других; потребности защиты или защитника; контакте с криминальными взрослыми.

Воспитательные, образовательные организации:

- атмосфера, не благоприятствующая созданию мотивации к обучению;
- конфликтная обстановка;
- авторитарный тип общения;
- перегрузка школьной жизнью;
- профессиональная некомпетентность педагогов: отношения, построенные на необоснованных требованиях, чрезмерная система контроля, неумение создать благоприятный психологический климат.

Актуальность данной проблемы состоит еще и в том, что основными психологическими задачами данного возраста являются самоопределение в сексуальной, психологической и социальной сферах, т.е. удовлетворение физиологической потребности, запускающей физическую и сексуальную активность подростка; потребности в безопасности, которую подросток находит в принадлежности к группе; потребности в независимости от семьи; потребности в привязанности (в доверительных и глубоких отношениях); потребности в успехе, в проверке своих возможностей; потребности в самореализации и развитии собственного «Я».

Подростки очень часто в погоне за успехом, склонны преувеличивать свои возможности, склонны к риску и не в состоянии оценивать эту степень, чувство ценности собственной жизни еще недостаточно сформировано, и если среда плюс к этому недостаточно благоприятна, часто подросток отвергает себя как значимого для близких, а неуверенность в себе часто приводит к гиперкомпенсированному, аддиктивному, патохарактерологическому или делинквентному поведению, что не способствует прогнозированию и анализу собственных поступков.

Настоящая программа обращена к актуальной проблеме психологического стимулирования и актуализации ресурсов младшего

подростка в стремлении реализовать свой потенциал, найти свое место в жизни, самосовершенствоваться. Разработанные развивающие занятия затрагивают основные проблемы личности подростка: активность, автономность, свободу выбора, самооценку, осознание собственной индивидуальности, общение со сверстниками и значимыми взрослыми, освоение необходимых навыков конструктивного поведения, навыков и умений снятия эмоционального напряжения и тревожности. Эта программа является практическим инструментом формирования социально-психологической компетентности. Подросткам предоставляется возможность «здесь и теперь» попытаться преодолеть актуальные для них жизненные проблемы, а также освоить эффективные способы их разрешения в будущем.

Цель: содействие личностному росту и самоопределению личности подростка, а именно, преодолению ребенком эмоциональных, поведенческих и коммуникативных проблем; адекватному восприятию себя и окружающей действительности; развитию адаптационных умений; чувству собственной ответственности за свою жизнь и жизнь других; приобретению навыков и актуализации ресурсов для дальнейшей самореализации.

Задачи:

- создать условия для самопознания и личностного роста ребенка, для формирования «Я-концепции» посредством психологического тренинга, проигрывания ситуаций, обсуждений и коммуникативных игр;

- сформировать установку на успех и желание самостоятельно сделать шаг в данном направлении;

- дать возможность ребенку увидеть, а частично и реализовать, способы удовлетворения потребностей, определенных возрастным этапом развития, получить новый опыт, используя метод контраста между позитивным способом реализации своих потребностей и негативным, подводя осторожно к выбору в собственную пользу, не идущему в разрез с общепринятыми нормами;

- создать комфортные условия для работы, т.е. атмосферу доверия и творчества;

- помочь ребенку в преодолении эмоциональных, поведенческих и коммуникативных проблем, влияя на рост позитивной самооценки и позитивного принятия окружающих его людей;

- через развитие самопознания и самооценки ребенка развивать умение регулировать свое поведение;

- содействовать формированию устойчивости к неблагоприятным средствам влияния, ориентации на положительного лидера в среде сверстников;

- психологическая помощь в вопросах взаимоотношений, преодоление страхов, формирование навыков общения;

- создать условия для реализации творческого потенциала подростков с целью их успешной дальнейшей социализации.

Программа основана на следующих принципах:

1. Принцип единства диагностики и психопрофилактики.
2. Принцип системности профилактических и развивающих задач.
3. Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей детей.
4. Принцип комплексности методов психологического воздействия.
5. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в программе.
6. Принцип учета эмоционального состояния детей.
7. Принцип наглядности.

Основные правила группового взаимодействия:

- Дети рассаживаются по кругу или в полукруг.
- Каждому предоставляется возможность участвовать.
- В каждый момент времени может говорить только один человек, можно по очереди.
- Каждый имеет право на высказывание своего мнения и участие в работе без угрозы стать объектом критических нападок.
- Никто не может быть принужден к участию, если действительно не хочет, но каждому предлагается участвовать.
- Все, что обсуждается во время тренинга, считается конфиденциальной информацией.

Форма психопрофилактической работы: смешанная.

Частота встреч: 2 раза в неделю.

Длительность встреч:

Индивидуальные (по запросу) – 30 минут;

групповые – 60 минут.

Выборка: младшие подростки.

Кол-во человек в группе – 9-12.

Материалы и оборудование: карточки-визитки, краски, кисточки, бумага, ватман, фломастеры, пластилин, цветные карандаши, мячи, воздушные шары и другие материалы по мере необходимости.

Предполагаемый отрицательный результат: Неудача в работе с определенными детьми, что связано с негативизмом этих детей к групповой работе и нехватка времени для более полного контакта с ними. С такими детьми рекомендуется проведение индивидуальной дополнительной работы.

Прогнозируемый результат:

- уменьшение факторов риска, которые приводят к нарушению психологического здоровья подростка;
- улучшение психоэмоционального самочувствия ребенка;
- благоприятный психологический климат в детском коллективе;

- осознание собственной индивидуальности, принятие себя как личности, имеющей собственный портфолио и умеющей работать над своими недостатками;
- повышение толерантности по отношению к окружающим;
- умение вырабатывать иммунитет на внешние негативные воздействия;
- стабилизация эмоционального состояния и контроль собственного поведения адекватно ситуации.

Критерии эффективности:

- усиление личностных ресурсов;
- формирование адекватной самооценки;
- наличие навыков конструктивного поведения;
- наличие навыков и умений снятия эмоционального напряжения и тревожности.

Программа имеет возможность внесения дополнительных изменений в ходе реализации.

Этапы программы:

1-й этап – организационный. Изучение пакета нормативных документов; исходное тестирование участников группы с целью выявления особенностей эмоционально-личностной сферы и типичных способов взаимодействия.

2-й этап. Непосредственная работа над темами и содержанием программы (в соответствии с результатами первичной диагностики).

3-й этап. Реализация разработанной психопрофилактической программы.

4-й этап. Оценка эффективности произведенных воздействий.

Программа состоит из следующих **блоков:**

1 блок – Диагностическое исследование.

Целью диагностического обследования является выявление детей «группы риска» по индивидуально-характерологическим особенностям: уровень нейротизма (тест Г. Айзенка), тревожности (тест Тейлора), а также комплексная методика первичной диагностики выявления детей «группы риска» (Рожкова М.И., Ковальчук М.А.) по следующим критериям: наличие проблем в семейном воспитании, уровень агрессивности, доверие к людям, уверенность в себе, а также акцентуированные черты характера (гипертимная, истероидная, шизоидная, эмоционально-лабильная). При необходимости для более детального изучения можно воспользоваться методиками на выявление акцентуаций характера (тест Леонгарда), уровень агрессивности (тест Басса-Дарки). Для диагностики родителей используется Тест-опросник родительского отношения к детям (ОРО) – по запросу.

2 блок – Консультативная работа.

Индивидуальные консультации подростков и их родителей (в зависимости от выявленной проблемы).

Цель – создание условий для успешной адаптации, социализации детей «группы риска», коррекции отклоняющегося поведения; выявление особенностей семейного воспитания, особенностей и недостатков семейного воспитания, изучение психологической атмосферы, тревоги, родительского отношения и т.д.

3 блок – Психопрофилактическая работа.

Реализация разработанной программы.

Цель: повысить адаптивность подростка исходя из социального опыта, возможностей, психологических состояний, формирование позитивных отношений подростка к самому себе и окружающему миру, развитие коммуникативных навыков общения с целью предупреждения возникновения барьеров, обучение приемам снятия эмоционального напряжения.

Структура занятий:

Занятие состоит из 4 частей:

1 часть – Разогрев (ритуал приветствия, обмен настроением или состоянием, упражнение на снятие нервно-психического напряжения);

2 часть – Групповая дискуссия или ролевая игра, обмен мнениями из реального или конкретного опыта;

3 часть – Рефлексия «Здесь и теперь»; подведение итогов работы; предоставление возможности выразить свои мысли и чувства;

4 часть – Ритуал прощания.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-СЕТКА ЗАНЯТИЙ

№ занятия	Тема	Кол-во часов
1	Какие мы?	1 час
2	Кто я?	1 час
3-4	Я и мое тело	2 часа
5	Самооценка	1 час
6-7	Я и мои социальные роли	2 часа
8-9	Я и одноклассники	2 часа
10-11	Я и мои учителя	2 часа
12-13	Я и моя семья	2 часа
14	Неагрессивное настаивание на своем	1 час
15-16	Все	2 часа
	Всего:	16 часов

Исполнитель:

Педагог-психолог.