



Департамент социального развития
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Центр социальной помощи семье и детям
«Родничок»

«ТВОЕ ЗАВТРА»

(программа по формированию коммуникативных навыков у
несовершеннолетних подросткового возраста)

Автор:
Е.А. Зверева,
заведующий отделением
дневного пребывания
несовершеннолетних.

п.г.т. Новооганск
2013

Паспорт программы

Название программы	Программа по формированию коммуникативных навыков у несовершеннолетних подросткового возраста «Твое завтра»
Организация – исполнитель	Бюджетное учреждение ХМАО-Югры «Центр социальной помощи семье и детям «Родничок»
Адрес организации	628647, Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, нижневартовского района, городское поселение Новоаганск, улица Мелик-Карамова д.8. Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Центр социальной помощи семье и детям «Родничок» Тел-факс 8 (34668) 52792 Mail: rodnichokomo@mail.ru
Руководитель программы	Директор БУ «Центр социальной помощи семье и детям «Родничок» Ю.В.Осипович
Автор программы	Зверева Е.А. – заведующий отделением дневного пребывания несовершеннолетних.
Авторы приложений	Прокопчук О.И. – социальный педагог отделения дневного пребывания несовершеннолетних Снегина И.С.– психолог отделения дневного пребывания несовершеннолетних
Основание для разработки программы	В г.п.Новоаганск отсутствует организованная система групповой работы с подростками по коррекции отклонений в поведении. В г.п.Новоаганск в настоящее время проживают и обучаются в образовательных учреждениях 645 несовершеннолетних подросткового возраста. Из них, в возрасте от 12 до 14 лет – 335 несовершеннолетних, что составляет 52% от общего количества. Формирование коммуникативных навыков у подростков способствует развитию и формированию положительных личностных качеств, уверенности в себе, развитию эмпатии, навыков саморегуляции, снижению проявлений девиантного поведения среди несовершеннолетних подросткового возраста.
Участники программы	Несовершеннолетние в возрасте 12 – 14 лет
Состав группы	Группы комплектуются численностью 10 человек.
Механизм реализации программы	Срок психолого-педагогической реабилитации составляет 2 месяца (15 занятий)
Источники финансирования	Бюджет БУ ХМАО-Югры «Центр социальной помощи семье и детям «Родничок»
Срок реализации программы	Срок реализации программы по формированию коммуникативных навыков у несовершеннолетних подросткового возраста «Твое завтра»: Октябрь – декабрь 2013 г.; март – май 2014 г.; октябрь – декабрь 2014г.
Цель программы	Содействие формированию коммуникативных умений у несовершеннолетних подросткового возраста 12-14 лет.
Задачи программы	1. Организовать необходимые организационно-методические условия для реализации программы. 2. Обучение продуктивным навыкам общения нормам и правилам поведения в обществе, умению ориентироваться в различных жизненных ситуациях.

	<p>3. Профилактика употребления психоактивных веществ подростками.</p> <p>4. Проанализировать эффективность реализации мероприятий программы.</p>
Рецензирование	<p>- Утверждена заседанием методического совета БУ «Центр социальной помощи семье и детям «Родничок», протокол №4 от 30.09.2013</p> <p>- Рецензия кандидата философских наук, доцента кафедры общей и социальной педагогики ФГБОУ ВПО «Нижевартовский государственный университет» от 22.10.2013</p>

II Пояснительная записка

1. Актуальность программы

Мы живем в то время, когда дети испытывают на себе давление различных трудностей, с которыми они сталкиваются не только в школе и дома, но и на экранах кинотеатров, компьютера и телевизоров. Неудивительно, что их поведение часто повторяет увиденное в каком-нибудь боевике. Многие родители зачастую мало времени уделяют общению с детьми: им хватает своих личных трудностей, а также вредных привычек и зависимостей.

И.В. Дубровина пишет: «Общение со сверстниками – необходимое условие психического и личностного развития ребенка на всех этапах его развития, но оно выполняет свою функцию только тогда, когда у ребенка одновременно есть общение с «нормальным» (умным, доброжелательным и нравственно воспитанным) взрослым».

Крайне значительным является именно младший подростковый возраст (12 лет), ведь это время перестройки всей социальной ситуации развития школьника. У ребят появляется интерес к собственному внутреннему миру, возникает желание понять, лучше узнать самого себя и иметь возможность сформировать адекватную самооценку. Вместе с тем, они чувствуют, что не умеют, не могут оценить себя, не знают, каким образом и при помощи каких критериев это можно сделать. Защитные личностные механизмы поведения, наиболее активно формирующиеся в старшем подростковом возрасте, еще не сложились: ребята открыты для общения со взрослыми, их внушаемость повышена, поэтому взрослые оказывают на них значительное влияние. Их опыт активного социального взаимодействия со сверстниками пока еще недостаточен, его предстоит расширить и освоить лишь в старшем подростковом возрасте. Младшие школьники уже вполне самостоятельны и инициативны, однако им не хватает критичности и умения просчитывать отдаленные последствия своих поступков. Важно успеть заложить основы личностно-эмоциональной защищенности школьников, сформировать у ребят психологические умения самопомощи и безопасного взаимодействия с другими.

Указанный возраст является очень благоприятным временем для работы по предупреждению употребления психоактивных веществ (ПАВ). Окружающим взрослым очень важно в этот период провести первичную профилактику: сформировать общее отрицательное отношение детей к употреблению ПАВ и тем самым выполнить своеобразную прививку от возможного заболевания. Как правило, своевременно полученная информация позволяет детям сделать осознанный вывод в пользу здорового образа жизни.

Подростковый возраст - несколько особенный период, со своими трудностями и закономерностями. К тому же, это кризисный период наиболее длительный по времени. В данный период основной задачей подростков становится жизненное самоопределение в вопросах: каким быть? и кем быть? Активный поиск себя и экспериментирование в разных ролях. Четкая половая поляризация в формах межличностного поведения. Становление мировоззрения. Поиск своей социальной роли в группе. Это обязательно должно учитываться при организации работы с подростками.

Какие трудности встречает подросток на пути самоопределения? Когда ребенок начинает вступать во взаимодействие с существующими общественными ценностями, он начинает сравнивать свое поведение с некоторыми "образцами". Эти "образцы" предоставляют ему ближайшее окружение: родители, учителя, воспитатели и другие значимые для него взрослые и сверстники.

В 12-14 лет в психологическом развитии многих детей наступает переломный момент, известный под названием «подросткового кризиса». Внешне он проявляется в

грубости и нарочитости поведения подростка, в стремлении поступать наперекор желанию и требованию взрослых, в игнорировании замечаний и т.п.

Одним из важных факторов формирования личности является общение. Все исследователи психологии подросткового возраста, так или иначе, сходятся в признании того огромного значения, которое имеет для подростков общение со сверстниками, поэтому одной из главных тенденций подросткового возраста является переориентация общения с родителей, учителей и вообще старших на ровесников, более или менее равных по положению. Отношения с товарищами находятся в центре жизни подростка, во многом определяя все остальные стороны его поведения и деятельности. Подростковый возраст - это время становления характера. Именно в этот период влияние среды, ближайшего окружения сказывается с огромной силой. Поведение подростка – внешнее проявление сложного процесса становления его характера. Серьезные нарушения поведения нередко связаны с отклонениями в этом процессе. Нередко эмоциональное развитие детей бывает нарушенным, а их поведение трудным. В этой связи довольно часто возникают осложнения психологического развития.

В России тревожным симптомом является рост числа неблагополучных подростков, чье поведение проявляется в асоциальных, конфликтных и агрессивных поступках, отсутствием интереса к учебе и т.д.

Основной причиной роста неблагополучных подростков исследователи (Б.Н.Алмазов, С.А.Беличева, Е.Н.Волкова, О.М.Исаева и др.) видят в том, что с каждым годом увеличивается рост числа семей «группы риска», в связи с чем дети и подростки живут и растут в контексте негативных социальных, психологических, экономических явлений, их окружающих.

В г.п.Новооганск в настоящее время проживает и обучается в образовательных учреждениях 645 несовершеннолетних подросткового возраста. Из них в возрасте от 12 до 14 лет – 335 несовершеннолетних, что составляет 52% от общего количества. На учете в ТКДНиЗП состоит 14 подростков, что составляет 2% от общего количества, из них: в возрасте с 12 до 14 лет – 1 несовершеннолетний, в возрасте от 15 до 18 лет – 13 несовершеннолетних. На внутришкольном учете состоит – 13 несовершеннолетних подросткового возраста, из них: от 12 до 14 лет – 6 несовершеннолетних, с 15 до 18 лет – 7 несовершеннолетних.

Проведение коррекционной работы с несовершеннолетними подросткового возраста от 12 лет до 14 лет дает более эффективный результат, так как в возрасте от 15 до 18 лет у подростков уже сформированы определенные качества и, поэтому прогнозировать результат от проведенных реабилитационных мероприятий сложно.

В г.п.Новооганск отсутствует организованная система групповой работы с подростками по коррекции отклонений в поведении. В образовательных учреждениях проводится в основном индивидуальное консультирование, Молодежный Центр «Перекресток» организует досуговые мероприятия, поэтому разработка и реализация данной программы особенно актуальна, так как востребованность в групповой работе с подростками увеличивается.

Проанализировав проведенную работу с несовершеннолетними подросткового возраста на базе отделения дневного пребывания несовершеннолетних, пришли к выводу, что подростковый период самый трудноорганизуемый. За период 2011 – 2013 года в отделении обслужено 12% (67 н/л) подростков от общего количества обслуженных за данный период (549 н/л). В отделении дневного пребывания несовершеннолетних имеется необходимый кадровый потенциал и опыт проведения групповой работы с несовершеннолетними подросткового возраста.

В целях организации работы с несовершеннолетними необходимо повысить мотивацию на проведение реабилитационных мероприятий родителей и детей.

Хорошо известно, что, даже испытывая трудности, не всякий подросток пойдет сам к психологу, социальному педагогу. Как же помочь подросткам? Можно организовывать семинары по интересующим вопросам. Можно проводить отдельные встречи на определенные темы, наиболее актуальные в этом возрасте. Одним из лучших вариантов - это организация работы с подростками в тренинговых группах. Это и игра, и работа одновременно. Еще реже они пытаются решить свои проблемы, если их за ручку привели родители или учителя. А, посещая тренинги в группе сверстников, они чувствуют себя в безопасности, им комфортнее. С одной стороны, можно и проблемы проработать, с другой - не выделяешься среди других.

Душевные проблемы, трудности общения и взаимопонимания, сакраментальный вопрос о смысле собственного существования и тому подобного волнуют не только подростков. Но именно в подростковом возрасте эти вопросы и начинают возникать. Поэтому организация работы подростков в группах тренинга так актуальна именно в подростковом возрасте. Это современный ответ на вечные вопросы человеческой души. Он не единственный и не абсолютный, но кому-то поможет. Во всяком случае, ребята, прошедшие хороший психологический тренинг, всегда становятся немного другими. Развитие личности - это признание и реализация уникальных возможностей, имеющихся у каждого человека. Люди рождаются равными, но разными. Уважение самобытности человека, культивирование его уникальности, соответствующее его природе и сообразное высшим нравственным, духовным ценностям, воспитание позитивных отношений ребенка к самому себе и окружающему миру - все это должно быть главным принципом при работе с подростками на тренинговых занятиях.

Групповая форма проведения психолого-педагогической работы с подростками имеет ряд преимуществ:

1. Группа отражает общество в миниатюре и поэтому может служить «полигоном» для развития самых разных социальных умений.
2. Подросток может осваивать в группе новые умения, экспериментировать с различными стилями отношений среди равных партнеров.
3. Группа позволяет получить обратную связь и поддержку от людей со сходными проблемами, несовершеннолетние могут идентифицировать себя с другими.
4. Групповой опыт противодействует отчуждению, что помогает установлению более близких отношений с окружающими и решению межличностных проблем.
5. Группа облегчает процессы самораскрытия, самоисследования, самопознания подростков.

С другой стороны, не меньшую ценность и жизненную значимость, чем постоянство поведения человека, имеет, напротив, его изменчивость, адаптивность. Она свидетельствует о другой ценной способности человека - его умении приспосабливаться к изменяющимся условиям жизни, менять себя как личность, если в этом есть необходимость. Такого рода качество представляется весьма ценным для личности в тех случаях, когда в обществе происходят радикальные изменения, требующие от каждого человека значительной модификации своих взглядов, установок, ценностных ориентации и т.п. Поэтому изменчивость при определенных обстоятельствах необходимо рассматривать как положительное личностное свойство человека. Если человек сегодня иной, чем вчера, значит, он развивается.

Реализация данной программы способствует улучшению адаптационных качеств несовершеннолетних подросткового возраста.

Название программы выбрано не случайно - «Твое завтра». В нем отражена и индивидуальность каждого подростка, и выбор будущего, т.е. каждый человек сам формирует свою жизнь, свое будущее и результаты зависят только от него самого.

2. Целевая группа

Несовершеннолетние в возрасте 12 – 14 лет, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации (состоящие на профилактическом учете в ТКДН и ЗП, в образовательных учреждениях, имеющие отклонения в поведении, нарушения коммуникативных навыков и т.д.)

3. Цели и задачи программы

Цель программы: содействие формированию коммуникативных умений у несовершеннолетних подросткового возраста 12-14 лет.

Задачи работы:

1. Организовать необходимые организационно-методические условия для реализации программы.
2. Обучение продуктивным навыкам общения нормам и правилам поведения в обществе, умению ориентироваться в различных жизненных ситуациях.
3. Профилактика употребления психоактивных веществ подростками.
4. Проанализировать эффективность реализации мероприятий программы.

4. Формы и методы работы

- ✓ Сбор и изучение методического материала по работе с несовершеннолетними подросткового возраста;
- ✓ Диагностика;
- ✓ Беседа;
- ✓ Групповые психологические занятия с элементами тренинга;
- ✓ Консультирование;
- ✓ Анкетирование;
- ✓ Групповые коррекционные занятия;
- ✓ Презентация.

III Содержание программы

1. Этапы реализации программы

1. Организационный этап (2 недели)

1. Сбор первичной информации о подростках через взаимодействие с социальными педагогами школ, классными руководителями, психологами.
2. Формирование группы подростков.
3. Оформление пакета документов для зачисления на обслуживание.

2. Подготовительный этап (1 неделя)

1. Формирование графика и режима работы с подростками исходя из интересов и возможностей несовершеннолетних.
2. Формирование методического материала для проведения психолого-педагогической работы с подростками.

3. Практический этап (2 месяца)

1. Реализация плана психолого-педагогической работы.
2. Проведение запланированных мероприятий.

4. Аналитический этап (2 недели)

1. Проведение заключительной диагностики несовершеннолетних.
2. Анализ проведенной работы с подростками.
3. Оценка результатов проведенной работы с подростками.
4. Внесение изменений в программу по результатам анализа проведенной работы.

2. Направление деятельности и их содержание

№	Наименование направления	Содержание направления	Ответственный
1.	<i>Социальное</i>	Формирование группы подростков (10 человек)	Специалист по социальной работе
		Формирование пакета документов на зачисление	Специалист по социальной работе
		Взаимодействие с классными руководителями, социальными педагогами, психологами школ	Специалист по социальной работе
2.	<i>Педагогическое</i>	Анкетирование, сбор информации, анализ проведенной работы	Социальный педагог
		Блок по формированию взаимоотношений с	Социальный

	Вторник Четверг	окружающими, сверстниками, родителями, учителями – 5 занятий	педагог
		Блок профилактики вредных привычек – 10 занятий.	Социальный педагог
		Всего: 15 занятий	
3.	<i>Психологическое</i> Вторник Четверг	Блок занятий – групповые занятия по развитию коммуникативных навыков – 15 занятий.	Психолог
		Всего: 15 занятий.	
4.	<i>Бытовое</i> Вторник Четверг	Полдник (чай, печенье, фрукты)	Социальный работник

3. Календарно-тематический план

Тематический план психологического направления на реабилитационный период

№	Дата	Занятие	Цель
1	22.10	1	Знакомство с участниками и правилами в группе. Создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия.
2	24.10	2	Развитие и гармонизация эмоциональной сферы участников, формирование адекватной самооценки.
3	29.10	3	Осознание причин выбора модели поведения в различных ситуациях.
4	31.10	4	Формирование навыков определения своей позиции в затруднительных ситуациях.
5	05.11	5	Формирование помогающего поведения, эмоционально-ценностного отношения к миру, формирование адекватной самооценки.
6	07.11	6	Создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия, научить принимать себя таким, какой есть, дать почувствовать свою значимость.
7	12.11	7	Развитие эмоциональной адекватности, мотивации на принятие и поддержку другого, научить быть внимательным к самому себе, своим чувствам и переживаниям.
8	14.11	8	Коррекция нежелательных черт характера, углубление процессов самораскрытия, получение позитивной обратной связи для укрепления самооценки. Познание себя при помощи группы.
9	19.11	9	Развитие у участников потребности общения, дальнейшее самораскрытие, самопознание. Раскрытие важных качеств у подростков для эффективного межличностного общения.
10	21.11	10	Тренировка умения выразить свое эмоциональное состояние. Формирование мотивации к деятельности.
11	26.11	11	Формирование помогающего поведения, гармонизация внутреннего состояния.
12	28.11	12	Научить ценить и уважать не только себя, но и окружающих

			людей, доверять им; находить положительные стороны личности.
13	03.12	13	Улучшение социальной адаптации, накопление эмоционально-положительного опыта. Развитие способности понимания своего состояния и состояния других людей.
14	05.12	14	Обучение тому, как находить в себе скрытые особенности личности и использовать приемы для изменения в лучшую сторону.
15	10.12	15	Развитие позитивного отношения к себе, повышение уверенности, снятие тревоги, подведение итогов.

**Тематический план педагогического направления
на реабилитационный период**

№	Дата	Занятие	Название занятий
1	22.10	1	Знакомство участников, принятие правил группы.
2	24.10	2	Эффективные приёмы общения.
3	29.10	3	Межличностные отношения.
4	31.10	4	Точка опоры. Я и моя родня.
5	05.11	5	Дружба.
6	07.11	6	Мои будни и мои знакомые. Мои права и права других людей.
7	12.11	7	Сказать – нет.
8	14.11	8	Стресс. Чувства.
9	19.11	9	Что такое алкоголик, алкоголь – опьянение.
10	21.11	10	Наркотики, зависимость и её виды.
11	26.11	11	Курение – фактор риска.
12	28.11	12	Гормоны, витамины и ошибки нашей защиты.
13	03.12	13	Подростковые группировки.
14	05.12	14	Жизнь без вредных привычек.
15	10.12	15	Выбор жизненного пути.

4. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

4.1 Кадровые ресурсы:

№	Наименование должности специалиста	Кол-во шт.ед.	Функции в реализации программы
1.	Заведующий отделением	1 ед.	Содействие и помощь специалистам в реализации программы. Контроль за реализацией плана психолого-педагогической работы.
2.	Психолог	1 ед.	Проведение диагностики, групповых психокоррекционных занятий, консультирование.
3.	Социальный педагог	1 ед.	Проведение анкетирования, групповых занятий, консультирование.
4.	Специалист по социальной работе	1 ед.	Содействие в формировании реабилитационной группы, помощь в оформлении документов для зачисления, курирование во время посещения отделения.

4.2 Материально-технические ресурсы

Смета расходов:

Материалы и оборудование	Необходимое кол-во	Предполагаемое финансирование	
		Цена, руб.	Стоимость, руб.
Канцелярские товары:		Бюджет БУ «Центр социальной помощи семье и детям «Родничок»	
- планшеты	5 шт.	60.00	300.00
- ватманы	10 шт.	10.00	100.00
- бумага	2 уп.	200.00	400.00
- маркеры	2 набора	80.00	160.00
- скотч	1 шт.	50.00	50.00
- фломастеры	3 уп.	70.00	210.00
- папка с файлами	3 шт.	80.00	240.00
- краски	3 уп.	50.00	150.00
- карандаши	10 шт.	6.00	60.00
- альбомы	3 шт.	50.00	150.00
- ручки	10 шт.	10.00	100.00
- папка с кнопкой	10 шт.	16.00	160.00
- бумага цветная	3 набора	50.00	150.00

- призовой фонд	10 шт.	50.00	500.00
- бейджик	10 шт.	15.00	150.00
ВСЕГО:			2880.00

Реализация программы «Твое завтра» предполагает занятия в кабинете групповой работы и музыкальном зале. Для проведения занятий требуется материал и оборудование согласно смете расходов. Программа является малозатратной, учитывая социальный эффект от ее реализации.

4.3 Информационные ресурсы.

Набор групп осуществляется по направлению образовательных учреждений, дополнительно информирование не осуществлялось.

4.5 Методическое оснащение.

Разработан и используется следующий методический материал:

- Личная карта несовершеннолетнего

Диагностики:

1. Самооценка психических состояний.
2. Проективная методика «АРТ»
3. Анкета (анализ тренинга).

5. Контроль и управление программой

Работа, направленная на формирование коммуникативных навыков среди несовершеннолетних подросткового возраста проводится в соответствии с разработанным планом. Эффективность работы определяется результатами психологической диагностики несовершеннолетних, развитием их коммуникативных навыков, повышением уверенности, овладением навыками саморегуляции, развитием положительных качеств.

При отсутствии изменений или при отрицательной динамике анализируется причины и условия, приводящие к таким результатам. Специалисты отделения, ответственные за реализацию программы «Твое завтра» подводят итоги проделанной работы, анализируют качество предоставленных услуг и работу каждого специалиста.

Контроль качества реализуемой программы отслеживается через:

- активность несовершеннолетних подросткового возраста на занятиях;
- показатели проведенной психологической диагностики;
- анализ анкетирования подростков;

Для оценки результативности работы в программе предусмотрен диагностический блок, который включает в себя два этапа диагностики подростков: « Самооценка психических состояний», проективная методика «АРТ», анкета (анализ тренинга), перед началом групповой работы по программе и по ее завершению.

По результатам проведенной психолого-педагогической работы с несовершеннолетними подросткового возраста в программу будут внесены изменения для повышения качества организации подростков.

Запланировано проведение контроля по следующим этапам:

1. ***Предварительный контроль:*** подготовка методического материала, формирование реабилитационной группы подростков, формирование пакета документов для зачисления на обслуживание.
2. ***Текущий контроль:*** реализация плана психолого-педагогической работы с подростками, посещаемость и активность несовершеннолетних.
3. ***Заключительный контроль:*** оценка результатов, анализ проведенной работы, внесение изменений.

6. Результаты

6.1 . Ожидаемые результаты, критерии оценки результативности

В ходе реализации данной программы ожидаются следующие результаты:

Наименование показателя результата	Количественный показатель	Метод оценки результата
Охват участников программы	30 несовершеннолетних (за 3 реабилитационных курса) – 100%	
Обучение продуктивным навыкам общения	80% от общего количества участников программы (24 несовершеннолетних)	Проведение психолого-педагогической диагностики.
Обучение умению ориентироваться в различных жизненных ситуациях	80% (24 несовершеннолетних) участников овладеют навыками умения ориентироваться в различных жизненных ситуациях	Анкетирование. Наблюдение.
Обучение нормам и правилам поведения в обществе	100% участников воспримут полезную полученную информацию.	Анкетирование. Наблюдение.
Положительная динамика от проведенных психолого-педагогических занятий.	90% участников программы (27 несовершеннолетних) будут иметь положительную динамику после посещения психолого-педагогических занятий.	Проведение психолого-педагогической диагностики. Отзывы несовершеннолетних и родителей.
Уровень удовлетворенности несовершеннолетних полученными знаниями, участием в психолого-педагогических занятиях.	100% (30 несовершеннолетних)	Анкетирование.

6.2 Полученные результаты

Мероприятия программы были реализованы в период октябрь-декабрь. Охват мероприятиями участников программы по плану 100% (10 несовершеннолетних подросткового возраста), по факту 10 несовершеннолетних (100%). Подростки с интересом принимали активное участие на всех занятиях.

В педагогическом направлении динамика показателей целевой группы:

- ✓ значительная – 5 (50%)
- ✓ средняя динамика – 2 (20%)
- ✓ незначительная - 3 (30%)

✓ без изменений – 0

✓ ухудшение – 0.

В психологическом направлении динамика показателей группы составила:

✓ значительная – 7 н/л (70%)

✓ средняя динамика – 2 н/л (20%)

✓ без динамики – 1 н/л (10%)

7. Список литературы

1. Буянов М.И. Ребенок из неблагополучной семьи: записки детского психолога. – М., 2008.
2. Герсимова Т.В. Технология оказания социальных услуг подросткам и детям в ТЖС. – М., 2005.
3. Дружинин В. Психология семьи. – М., 1996.
4. Обозов Н.Н. Межличностные отношения. – Л., 1989.
5. Симатова О.Б. Модель поведения у подростков. Социально-психологическое сопровождение участников образовательного процесса: опыт, проблемы, перспективы. - ЧИПКРО, 2007.

Приложения

к программе "Твоё завтра"

Приложение методического материала психологического блока

Программы «Твое завтра»

Автор приложения: психологи отделения дневного пребывания несовершеннолетних Снегина И.С.

Цель психологического блока: развитие коммуникативной компетенции: овладение способами взаимодействия с окружающими, различными социальными ролями. Развитие компетенции личностного самосовершенствования: освоение способов самопознания и саморазвития.

Задачи:

1. Развить коммуникативные навыки у несовершеннолетних в целях предотвращения конфликтных ситуаций.
2. Повысить мотивацию к достижению цели.

Ожидаемые результаты:

1. У подростков снизится потребность в самоутверждении посредством демонстративного отклоняющегося поведения.
2. Повысится способность к планированию своего поведения и прогнозу разрешения конфликтных ситуаций.
3. Выработаются позитивные жизненные цели и мотивация к их достижению.

Групповые занятия проводятся психологами.

Целевая группа: программа предназначена для проведения групповых занятий с несовершеннолетними от 12 до 14 лет.

Количество участников: 10 подростков.

Организация занятий: каждое занятие рассчитано на 1 академический час, частота проведения – 2 раза в неделю. Занятия проводятся в помещении, имеющем достаточную площадь для проведения динамических упражнений.

Структура

В психологическом направлении предусмотрено 2 блока:

1. Тренинг по развитию коммуникативных навыков, развитию способностей к самопознанию и самореализации, повышению мотивации к достижению жизненных целей.

2. Диагностический блок.

Блок 1

Ввиду незрелости личности подростков и их неумения выражать свои чувства, принимать чувства других людей целесообразно проводить тренинги, направленных на повышение коммуникативных навыков – 15 занятий.

Цель: развитие у подростков навыков общения, осознания и выражения своих чувств, понимания и принятия чувств окружающих людей, активизация механизмов самопознания, самовыражения, повышение ответственности за свои поступки, выработка позитивных жизненных целей и развитие мотивации к их достижению.

Блок 2

Для оценки результативности работы в программе предусмотрен диагностический блок, который включает в себя два этапа диагностики подростков: « Самооценка психических состояний», проективная методика «АРТ», анкета (анализ тренинга), перед началом групповой работы по программе и по ее завершению.

Цель: оценка результативности реализации программы.

Структура занятий.

Каждое занятие имеет свою структуру и включает в себя следующие виды упражнений и формы групповой работы, представленные в определенной последовательности:

2. Упражнения-активаторы, используемые для создания доброжелательной рабочей обстановки и снятия психологических барьеров в общении.
3. Обсуждение, направленное на анализ изменений в поведении подростков.
3. Разминка, 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 способностей к анализу и прогнозу ситуаций.
8. Рефлексия — подведение итогов занятия, получение обратной связи участниками и психологами.

1 блок: Тренинг по развитию коммуникативных навыков для подростков.

Необходимые материалы: стулья по количеству участников, несколько старых газет, листы ватмана, маркер, цветные, простые карандаши, мяч, планшетки, DVD, релаксационная музыка, цветная бумага, конспект тренинга, наглядный и раздаточный материалы к играм и упражнениям, бумага, бейджики, булавки, игрушка-символ, карточки к игре «Ботинки», карточки к игре «Теремок», карточки с перечнем предметов для игры «Катастрофа на воздушном шаре», карточки к игре «Необитаемый остров», карточки к упражнению «Народная мудрость в пословице и поговорке», листы бумаги формата А4, фотоаппарат, коробок спичек, гуашь, краски акварельные, кисти, губки, альбомы.

Тематический план занятий.

Занятие 1

Цель: создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия.

Ход занятия:

1. Принятие правил групповой работы.
2. Упражнение-активатор «Представь свое имя».
3. Упражнение «Объявление об объявлении».
4. Упражнение «Сколько ты весишь?».
5. Упражнение «Остров».
6. Упражнение «Ладонка».
7. Рефлексия.

Занятие 2

Цель: формирование адекватной самооценки.

Ход занятия:

1. Упражнение-активатор «Калейдоскоп».
2. Упражнение «Если бы я был».
3. Упражнение «Мой сосед слева?».
4. Упражнение «Мои сильные и слабые стороны».
5. Упражнение «Хромая обезьяна».
6. Рефлексия.

Занятие 3

Цель: осознание причин выбора модели поведения в различных ситуациях.

Ход занятия:

1. Упражнение-активатор «Разожми кулак».
2. Упражнение «Представление».
3. Упражнение «Проблемы героев».
4. Упражнение «Уши - нос».

5. Упражнение «Посидите так, как сидит...».
6. Рефлексия.

Занятие 4.

Цель: формирование навыков определения своей позиции в затруднительных ситуациях.

Ход занятия:

1. Упражнение-активатор «Это я».
2. Упражнение «Да - нет».
3. Упражнение «Скажи нет».
4. Упражнение «Нож и масло».
5. Рефлексия.

Занятие 5.

Цель занятия: формирование адекватной самооценки.

Ход занятия:

1. Упражнение-активатор «Атомы».
2. Упражнение «Антивремя».
3. Упражнение «Ситуация в автобусе».
4. Упражнение «Необитаемый остров».
5. Упражнение «Чемодан».
6. Рефлексия.

Занятие 6 «Я человек»

Цель: создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия, научить принимать себя таким, какой есть, дать почувствовать свою значимость.

Ход занятия:

1. Упражнение «Нетрадиционное приветствие».
2. Упражнение «Имя и его история».
3. Упражнение «Самопрезентация».
4. Упражнение Притча «Ворона и павлин»
5. Упражнение «Хлопки»
6. Упражнение «Телефон»
7. Упражнение «Рисунок»

Занятие 7.

Цель: научить быть внимательным к самому себе, своим чувствам и переживаниям.

Ход занятия:

1. Упражнение «Башмаки».

2. Упражнение Рефлексия
3. Упражнение «Психологический портрет»
4. Упражнение «Народная мудрость в пословице и поговорке».
5. Варианты пословиц и поговорок:
6. Упражнение «Чувствоведы».
7. Упражнение « Виноград» (*Притча*)

Занятие 8.

Цель: углубление процессов самораскрытия, получение позитивной обратной связи для укрепления самооценки актуализации личностных ресурсов. Познание себя при помощи группы.

Ход занятия:

1. Упражнение «Пожелания»
2. Упражнение «Я горжусь»
3. Упражнение «Исследуем себя»
4. Упражнение «Путешествие на воздушном шаре».
5. Упражнение «Поход во внутренний мир».

Занятие 9.

Цель: дальнейшее самораскрытие, самопознание. Раскрытие важных качеств у подростков для эффективного межличностного общения.

Ход занятия:

1. Упражнение «Аббревиатура имени».
2. Упражнение «Здравствуй, это я».
3. Упражнение «Трамвайчик».
4. Упражнение «Метафора».
5. Упражнение «Веселая головоломка».
6. Упражнение Мозговой штурм «Лидерство».
7. Упражнение «Повесть о настоящем цвете»

Занятие 10.

Цель: тренировка умения выражать свое эмоциональное состояние.

Ход занятия:

1. Упражнение «Самый, самый злой»
2. Упражнение «Выше – ниже»
3. Упражнения «Этюды общения».
4. Драматизация сказки «Теремок».
5. Упражнение «Небеса и ад»
6. Работа в парах «Составьте... Я-высказывания».

Занятие 11.

Цель: научить ценить и уважать не только себя, но и окружающих людей, доверять им; находить положительные качества.

Ход занятия:

1. Упражнение «Я умею лучше всех»
2. Упражнение «Мне в тебе нравится»
3. Упражнение «Ладонка»
4. Дискуссия «Самоуважение»
5. Притча «Ты — лев» (Лавский В. В.)
6. Арт-терапевтическое упражнение «Спускание пара»

Занятие 12

Цель: научить ценить и уважать не только себя, но и окружающих людей, доверять им; находить положительные стороны личности.

Ход занятия:

1. Упражнение «Интервью».
2. Игра «Путешествие на необитаемый остров».
3. Упражнение «Герб».
4. Упражнение «Групповая скульптура».

Занятие 13

Цель: развитие способности понимания своего состояния и состояния других людей.

Ход занятия:

1. Упражнение «Пингвины»
2. Упражнение «Слепой и поводырь»
3. Упражнение «Ваза»
4. Дискуссия «Чувства»
5. Притча «Надоело» (Лавский В. В., сост.)
6. Упражнение «Мир чувств»
7. Упражнение «Мои чувства»
8. Упражнение «Моя полянка»
9. Притча Гаутамы Будды (Лавский В. В., сост., 1997)

Занятие 14

Цель: обучение тому, как находить в себе скрытые особенности личности и использовать приемы для изменения в лучшую сторону.

Ход занятия:

1. Упражнение «Погрузка корабля»
2. Упражнение «Страхи»
3. Сообщение «Что такое стресс?»
4. Притча «Луна» (Лавский В. В., сост., 1997)
5. Упражнение «Способы борьбы со стрессами»
6. Притча «Потеря осла» (Лавский В. В., сост., 1997)

Занятие 15

Цель: развитие позитивного отношения к себе, повышение уверенности, снятие тревоги, подведение итогов.

Ход занятия:

1. Упражнение «Молекулы»
2. Упражнение «Калейдоскоп»

3. Упражнение «Строим дом»
4. Упражнение «Подарок»
5. Сообщение «Виды взаимоотношений»
6. Рисунок «Мое настроение»
7. Притча «Пророк и длинные ложки» (Пезешкиан И., 1996)
8. Упражнение «Помощь»
9. Притча «Лягушка» (Лавский В. В., сост., 1997)
10. Подведение итогов.

Цель: оценка результативности реализации программы.

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

1. Самооценка психических состояний.
2. Проективная методика «АРТ»
3. Анкета (анализ тренинга).

1. Тест «Самооценка психических состояний» (по Айзенку)

1. Не чувствую в себе уверенности.
2. Часто из-за пустяков краснею.
3. Мой сон беспокоен.
4. Легко впадаю в уныние.
5. Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях.
6. Меня пугают трудности.
7. Люблю копаться в своих недостатках.
8. Меня легко убедить.
9. Я мнительный.
10. Я с трудом переношу время ожидания.
11. Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых все-таки можно найти выход.
12. Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.
13. При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований, винить себя.
14. Несчастья и неудачи ничему меня не учат.
15. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплатной.
16. Я нередко чувствую себя беззащитным.
17. Иногда у меня бывает состояние отчаяния.
18. Я чувствую растерянность перед трудностями.
19. В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы пожалели.
20. Считаю недостатки своего характера неисправными.
21. Оставляю за собой последнее слово.
22. Нередко в разговоре перебиваю собеседника.
23. Меня легко рассердить.
24. Люблю делать замечания другим.
25. Хочу быть авторитетом для других.
26. Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.
27. Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.
28. Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.
29. У меня резкая, грубоватая жестикуляция.
30. Я мстителен.
31. Мне трудно менять привычки.
32. Нелегко переключать внимание.
33. Очень насторожено отношусь ко всему новому.
34. Меня трудно переубедить.

35. Нередко у меня не выходит из головы мысль, от которой следовало бы освободиться.

36. Нелегко сближаюсь с людьми.

37. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
38. Нередко я проявляю упрямство.
39. Неохотно иду на риск.
40. Резко переживаю отклонения от принятого мною режима дня.

Инструкция: Если вам это состояние:

часто присуще – 2 балла,

бывает, но изредка – 1 балл,

совсем не подходит – 0 баллов.

1.	2.	3.	4.	5.
6.	7.	8.	9.	10.

11.	12.	13.	14.	15.
16.	17.	18.	19.	20.

21.	22.	23.	24.	25.
26.	27.	28.	29.	30.

31.	32.	33.	34.	35.
36.	37.	38.	39.	40.

Подсчитайте сумму баллов за каждую группу вопросов:

- 1) 1...10 вопрос – тревожность;
- 2) 11...20 вопрос – фрустрация;
- 3) 21...29 вопрос – агрессивность;
- 4) 31...40 вопрос – ригидность;

Оценка и интерпретация баллов:

I. Тревожность: 0...7 баллов – не тревожный.

8...14 баллов – тревожность средняя, допустимого уровня,

15...20 баллов –очень тревожные.

II. Фрустрация: 0... 7 баллов - *не имеете высокой самооценки, устойчивы к неудачам, не боитесь трудностей.*

8...14 баллов –средний уровень, фрустрация имеет место.

15...20 баллов - у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.

III. Агрессивность: 0... 7 баллов – *вы спокойны, выдержаны.*

8...14 баллов – средний уровень агрессивности.

15...20 баллов – вы агрессивны, невыдержанны, есть трудности при общении и работе с людьми.

IV. Ригидность: 0... 7 баллов – *ригидности нет, легкая переключаемость.*

8...14 баллов – средний уровень.

15...20 баллов – сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни.

2. Проективная методика «АРТ».

Инструкция: Внимательно посмотрите на бланк. Вам необходимо в каждом квадрате нарисовать или дорисовать картинку. В некоторых квадратах указано, что следует нарисовать (крокодил, слон, подпись), в остальных - рисуете то, что хотите, на что, по-вашему, похоже изображение.

Интерпретация:

1-й квадрат; Если точка является смысловым центром, то такой человек стремится к максимальной, полноценной ориентировке пропуская окружающий мир через свои представления и понятия. - Если точка не замечается, то человек в жизни не замечает, что его окружает, не учитывает многие элементы среды, его поведение протекает вне ситуации. - Если точка является частью чего-либо, такие люди стремятся учесть каждый элемент среды, но являются крайне нерешительными, они не верят в свои силы, что приводит к деятельной, но пассивной ориентировке. - Если точка замаскирована, человек стремится к максимальной информации в среде, преувеличивая его значение.

2-й квадрат; Выявляет агрессивность. Прямые символы агрессии - открытая пасть, зубы, копи. большие размеры рисунка. Если крокодил что-то поедает, наличие шипов - защита от окружающих, если на него нападают. Ярко прорисованные глаза - повышенная восприимчивость и подозрительность. Хвост - символизирует

злопамятность. Скрытая агрессия: если психологическая характеристика не соответствует рисунку, если он замаскирован он в зарослях или плывет в воде. Если рисунок смотрит вправо - взгляд в будущее, если влево - в прошлое.

3-й квадрат; Поведение в социальной группе. Если рисунок выходит за рамки квадрата — это свидетельствует о нарушении норм поведения. Бивни — агрессивное поведение в группе. Уши - прямая заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих о себе. Поднятый хобот - стремление привлечь к себе внимания. Ресницы - наличие демонстративных черт в характере. Поднятый хвост - положительная оценка себя, своих действий в группе. Опущенный хвост - недовольство собой. Большой слой - стремление к доминированию в группе, наличие лидерских качеств. Если рисунок расположен лицом -эгоцентризм социального взаимодействия, сзади - пренебрежительное отношение к социуму. Если квадрат как-то оформлен - такие люди воспринимают социальную среду, как что-то застывшее, привычное их поведение стереотипно.

4-й квадрат: Выявляет особенности общения. Если роспись не в центре квадрата - эти люди придерживаются формализованного и регламентированного общения. В верхней части -стремление подчеркнуть свой социальный статус. В нижней части - люди придерживаются строгого социально-ролевого общения. Общительные люди ставят свою роспись в середине квадрата. Наличие начальных букв имени и отчества — стремление к самоутверждению. Если поднимается вверх - высокая самооценка.

5-й квадрат: Субъективное восприятие действий, отношение к реальности.

Если рисунок делит пополам или противоречия пытаются объединить - такие люди не стремятся однозначно определить ситуацию, их не смущают имеющиеся противоречия, воспринимают жизнь такой, какая она есть. Если не замечают противоречия — это несформированный подход к реальности. Субъективное объединение противоречий -рисует человек, который загорает и спит - эгоцентризм в оценке реальности.

6-й квадрат: Выявляет актуально жизненную информацию с противоположным по лом.

Если изображение воды принимается за почву - это связано с эмоционально чувствительным опытом взаимоотношений, либо с проблемой неудовлетворенности. Наличие птиц — надежды и мечты. Корабль - наличие актуальной проблемы (пег корабля, нет актуальной проблемы).Дополнительные детали - большое значение бытовому оформлению личных отношений.

7-й квадрат: Поведение в конфликтной ситуации.

Если наклонная фигура принимается за елку и человек ее рубит или пилит - разрешение конфликтной ситуации с помощью агрессии. Рисует множество наклонных - разрешение конфликтной ситуации путем его обострения. Если с наклонной рядом рисуется прямостоящая фигура или она стабилизируется - это рациональное разрешение ситуации. Если делается ракета или стая журавлей люди пытаются конфликт нейтрализовать путем вытеснения его из своего сознания. Пеньки, звери, убегающие от елки - пассивное разрешение конфликтной ситуации. Если из елки делается фейерверк - в конфликтной ситуации часто взрывается.

8-й квадрат: Автопортрет. Неодушевленный — человек не знает, какой он. Замкнутые линии человек замкнутый. Сильные нажимы — высокая тревожность, слабые линии - низкий энергетический уровень.

3. Анкета (анализ тренинга).

Анкета - отзывов участников тренинга.

Тема: _____

Цель тренинга: _____

Дата проведения: _____

Место проведения: _____

Уважаемый участник тренинга

Просим оказать содействие в опросе. Полученные результаты будут использованы для улучшения качества занятий.

Ответьте, пожалуйста, на несколько вопросов, касающихся прошедшего занятия.

Обведите кружком ту оценку на пятибалльной шкале, которая соответствует вашему мнению.

1) Насколько вы довольны в целом?

Совсем нет 1 2 3 4 5 Очень довольны

2) Насколько полезным для себя вы считаете эту информацию?

Совсем нет 1 2 3 4 5 Очень довольны

3) Будете ли вы применять полученный опыт (знания) в жизненных ситуациях?

Совсем нет 1 2 3 4 5 Очень довольны

4) Будете ли вы рекомендовать своим друзьям и знакомым поучаствовать в тренинге?

Ни в коем случае 1 2 3 4 5 Обязательно буду.

Вы можете добавить что-либо еще, если хотите:

Ф.И.О _____

Спасибо!




Приложение методического материала педагогического блока к программе «Твоё завтра»

Автор приложения – социальный педагог отделения дневного пребывания несовершеннолетних Прокопчук О.И.

1. Блок занятий по формированию взаимоотношений с окружающими, сверстниками, родителями, учителями.

Цель: адаптация несовершеннолетних в социальной среде, создание благоприятной атмосферы и гуманного взаимоотношения.

Задачи:

-  сформировать представление об индивидуальных и коллективных ценностях в группе;
-  стимулировать нравственно-ценностные мотивы поведения;
-  развивать базовые коммуникативные умения.

Ожидаемый результат: взаимодействие, позитивное восприятие окружающего мира, принятие помощи и поддержки, саморазвитие и самореализация в процессе восприятия мира и адаптации в нём.

Занятие 1.

Тема: «Знакомство участников, принятие правил группы»

Цель: создание благоприятных условий для работы в группе, выработка активного стиля общения и способы передачи и приёма обратной связи; формирование представления об индивидуальных и коллективных ценностях в группе.

Форма: «огонёк»

1 Этап – приветствие, знакомство (игра в имена), анкета.

Вопросы для анкеты:

1. Самые яркие впечатления за последние полгода у меня оставили-----
2. Из проведённых дел в классе, в школе мне больше всего понравилось-----, потому что-----
3. Я буду рад, если-----
4. Больше всего я разочаровался в -----
5. О тех людях, которые меня окружают, я могу сказать-----
6. Я буду протестовать, возмущаться, если-----
7. Если бы я был классным руководителем, то я-----.

2. Этап – Задать тон откровенного разговора. Вопросы анкеты могут послужить своеобразным планом. Важно точно реагировать на реплики, чтобы сохранить позитивный настрой и оперативно находить ответы на поставленные вопросы. Нужно заранее предвидеть возможные «больные темы» разговора. (Статья в журнале – равнодушие, тема для обсуждения). Интервью. Название группы. Принятие правил группы.

3. Этап включает подведение итогов, домашнее задание (составить рассказ о своей семье) и завершение занятия на мажорной ноте, чтобы дальнейшие занятия вызывали интерес у несовершеннолетних.

Занятие 2

Тема: «Эффективные приёмы общения»

Цель: знакомство с приёмами общения; расширение представлений о способах самоанализа и самокоррекции в сфере общения; развитие базовых коммуникативных умений; стимулировать нравственно ценные мотивы поведения.

Форма: информация +

Умение вести разговор – это талант. (Небольшое вступление)

«Сегодня» - упражнение, повторяющееся на каждом занятии, - рассказ о своём сегодняшнем настроении.

Упражнение «Перескажи текст»

Игра «Мешочек с предметами»

У меня хорошо получается -----

У меня не получается-----

Мне нравится-----

Я счастлив, когда-----

Я беспокоюсь за-----

Я раздражаюсь, когда-----

Я бы хотел изменить-----

Моё самое заветное желание-----

Что тебе больше всего нравится делать?

Что тебе меньше всего нравится делать-----

Домашнее задание: подготовить небольшой рассказ о своём будущем по вспомогательным вопросам (Как ты думаешь, что ты будешь делать через пять лет? Где ты будешь жить? Где работать? Как будешь себя чувствовать?)

Что ты ожидаешь от нашей группы? (Обсуждение в группе)

Ритуал прощания.

Занятие 3

Тема: «Межличностные отношения»

Цель: знакомство с понятиями, обучение навыкам формирования позитивного настроения.

Форма: «информ - дайджест»

«Сегодня» (см.выше)

Обмен чувствами. Что вы чувствуете в данный момент, ваше настроение.

Инструкция по работе с понятиями.

Упражнение «Безусловное принятие себя»

Цель: формирование навыка позитивного отношения к себе.

Участникам даётся инструкция сказать вслух самим себе: «Я принимаю себя таким, каков я есть, со всеми достоинствами и недостатками. Я принимаю себя со всеми

проблемами и горестями. Я принимаю себя со всеми счастливыми моментами и радостями!» Выполнение. Обмен впечатлениями.

Повторение следующей фразы: «Я прощаю себя за...и снимаю условие, которое мешает моей безусловной любви. Теперь я люблю себя, безусловно, и принимаю таким, каков я есть на самом деле, со всеми достоинствами и недостатками». Обмен впечатлениями.

Переход на разговор, что такое ссора. Что происходит, когда в доме ссора. О чём можно ссориться? (записать на доске) Нарисовать сцену ссоры в твоей семье.

Вопросы по теме:

- Твои родители часто ссорятся?
- Что тогда происходит? Что делаешь ты?
- Случалось, папа и мама дрались друг с другом?
- Кто-либо из твоей семьи бил тебя?
- С кем-либо из твоей семьи общаются жестоко?
- Что такое насилие? (доска)

Разные способы выживания (4 роли на рабочем листе, обсуждение)

- Какая из ролей тебе ближе всего?
- Какой ты тогда?
- Дома? В школе? Среди друзей?

Ролевая игра: мама и папа ссорятся.

-если бы я мог изменить что-то в моей семье, это было бы-----;

Жестокость среди детей. Агрессия. Милосердие. (Обсуждение статьи)

Завершение работы. Обмен чувствами.

Домашнее задание: подготовить презентацию на любую предложенную тему.

Ритуал прощания.

Занятие 4.

Тема: «Точка опоры. Я и моя родня»

Цель: помочь участникам группы в раскрытии своих сильных сторон, актуализация личностных ресурсов участников занятий.

Форма: диспут.

Ритуал приветствия. «Начнём сегодняшний день так: встанем и поздороваемся. Здраваться будем за руку с каждым, никого не пропуская. Не страшно, если с кем-то вы поздороваетесь два раза. Главное – никого не пропустить»

Упражнение «Эмиграция»

«Многие из вас живут рядом друг с другом, на одной и той же улице или даже в одном доме. Всё хорошо знакомо, ко всему привыкли, в том числе и к окружающим людям. Но в жизни может всякое случиться. Предположим, что вы решили совсем уехать из страны. С одной стороны, это всегда интересно: новые обстоятельства, новые знакомые, а с другой? Как вы думаете, сколько людей и конкретно кто пожалеет о том, что вы уехали? Почему? Что вас связывает с этими людьми? Какие у вас были отношения с ними? Вы им помогали чем-то? Или у вас просто сложились тёплые душевные отношения?»

А сколько и кого обрадует ваше решение уехать? Почему? В чём причина такого отношения к вам? Вы чем-то «насолили» этим людям? Демонстрировали своё превосходство перед ними или отказывались в чем-то помочь? Может быть, вы просто «не сошлись характерами»? Вы пытались что-то изменить в себе, в ваших отношениях с этими людьми? Составьте два списка имён и ответьте на предложенные вопросы. Только будьте откровенны. На обдумывание даётся пять минут. Обсуждение.

Переход к родне. Скажите, а что значит быть родственниками? Какие наименования бывают? (Рассказать о том, что раньше люди жили там, где они родились. Родственники жили часто близко друг от друга и часто встречались. Сейчас нередко живут далеко и не поддерживают тесные контакты.

- У тебя есть дядя или тётя?
- У тебя есть двоюродные или троюродные братья?
- С кем из них ты встречался?
- Как часто ты встречаешься со своими родственниками?
- Откуда твои родственники родом?

Домашнее задание: семейное дерево. Подведение итога. Завершение работы.

Обмен чувствами. Ритуал прощания.

Занятие 5.

Тема: «Дружба»

Цель: определить понятия дружбы; донести подросткам важность этого понятия.

Форма: «спрашивали - отвечаем»

Ритуал приветствия: бросая друг другу мяч, будем называть имя того, кому бросаем. Тот, кто получит мяч, принимает любую позу, какую захочет, и все остальные вслед за ним воспроизводят эту позу. После этого тот, у кого находится мяч, бросает следующему и т.д. до тех пор, пока мяч не побывает у каждого из вас.

«Сегодня» - см.выше.

Важно уметь находить друзей. Это влияет на то, как мы воспринимаем самих себя и какие отношения мы сможем завести в нашей жизни.

Что такое дружба? (Запись высказываний на доске на доске)

Обсуждение:

*Что мы делаем вместе с настоящим другом?

*Есть ли разница между другом и приятелем?

*Может быть так, что у человека есть несколько приятелей, но ни одного друга?

*Почему иногда так трудно найти и удержать друга?

*что надо делать, чтобы найти друга?

*Дай несколько примеров вещей, важных для дружбы.

*Надо ли брать инициативу на себя? Ты ждешь звонка или звонишь сам?

*Иногда трудно установить первый контакт. Ты стесняешься, боишься показаться назойливым или страшишься отказа. Иногда не знаешь, что сказать. Что надо делать, чтобы познакомиться с кем-нибудь поближе?

(Руководитель читает 3 главу о дружбе между Линдой и Сарой)

Обсуждение:

*Расскажи, как, по-твоему, Линда чувствует себя дома у Сары?

*Что сделала Линда, чтобы подружиться с Сарой?

*Как ты думаешь, Сара и Линда будут друзьями?

На вечеринке (упражнение)

Представьте себе, что вы на вечеринке и никого не знаете даже по имени. Все свободно ходят по комнате. Когда руководитель скажет «стоп», дети по парам начинают разговаривать друг с другом на тему, предложенную руководителем. Например, что ты делал летом, что ты делаешь на выходных. Дети должны заговорить с тем, кто поблизости. Повторите упражнение несколько раз. В последний раз дети сами должны подумать, о чём говорить. Затем группа собирается, и дети рассказывают о своих впечатлениях и выбранном ими предмете разговора.

Обсуждение:

*Что ты чувствовал во время упражнения?

*Чем, по-твоему, было легко начать разговор?

*Сделал ли твой партнёр что-нибудь, что облегчило или усложнило контакт?

Слушать

Часто ли вы слушаете других?

Чтобы найти друга, надо уметь так слушать, чтобы другой действительно почувствовал, что его понимают. Вы должны показать, что он или она вам не безразличны. Надо находиться вблизи, когда вы слушаете, попытаться смотреть в глаза. Так же важно прислушиваться к языку жестов вашего друга-тону голоса, выражению лица и телодвижениям.

Разделить детей по парам. Дети не должны мешать друг другу.

Задание: папа первого игрока пришёл вечером домой и сказал, что хочет уйти из дома. Второй игрок получает задание выслушать первого и выяснить, что произошло у первого дома.

Ощущать себя в изоляции (рабочий лист 31)

Раздать каждому участнику по рабочему листу, они должны подумать, что происходит на рисунке.

Через несколько минут обсудить:

*что чувствует мальчик в середине?

*О чём он думает?

*Почему так получилось?

*Он хочет остаться или уйти?

Тест «Настоящий друг»

Как избежать конфликт? (небольшая беседа)




Домашнее задание: подумать и сделать вывод, есть ли у вас настоящий друг.

Ритуал прощания.

2. Блок по профилактике вредных привычек.

Цель: предоставление информации подросткам с целью правильного самоопределения личности;

Задачи:

-  привитие потребности в здоровом образе жизни;
-  воспитание негативного отношения к вредным привычкам;
-  донесение информации о пагубном влиянии вредных привычек на подростковый организм.

Ожидаемый результат: осознание несовершеннолетними пагубного влияния на организм; ведение здорового образа жизни; развитие общего кругозора.

Занятие 1.

Тема: «Мои будни и мои знакомые. Мои права и права других людей»

Цель: Ознакомление с принципами взаимодействия с другими людьми, подразумевающего учёт их мнения. Выявление у н\л ежедневного режима, образа жизни, привычек, хобби.

Форма: «круглый стол»

Ритуал приветствия. «Сегодня»

Вопросы для обсуждения:

- Где ты спишь ночью?
- Как ты просыпаешься?
- У тебя есть свой будильник?
- Кто готовит завтрак?
- Вы завтракаете вместе?
- Что ты ешь на завтрак?
- Чем занимаются остальные дома или там, где ты сейчас живёшь?
- Как проходят школьные перемены?
- Что ты делаешь на перемене?
- Если ты один, что ты тогда делаешь?
- Что происходит, если начинается драка?
- Ты обычно хочешь принять участие?

Мой вечер дома.

- Когда ты обычно делаешь домашнее задание?
- К кому ты обращаешься, если тебе нужна помощь?
- Ты смотришь телевизор каждый вечер?
- Тебе не понравилась какая-то из передач?
- Ты обычно дома один вечером?
- Что делает вечером мама и папа?
- Если что-то произошло днём, о чём тебе хочется поговорить, тебе есть к кому пойти?
- В чьей постели ты засыпаешь?
- Ты говоришь с кем-нибудь перед тем, как заснуть?

Один важный вопрос следует обсудить всем вместе: «К кому из этих людей я могу обратиться, когда мне нужна помощь или просто чтобы поговорить?»

Что я могу изменить.

Критерии: *твои права не должны ущемлять права других людей; *осуществление этих прав должно зависеть не от других людей, а от себя самого.

Права, которые надо знать:

- *иногда ставить себя на первое место;
- *просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- *протестовать против несправедливого обращения или критики;
- *иметь своё собственное мнение и убеждения;
- *совершать ошибки, пока не найдёте правильный путь;
- *говорить «нет», «спасибо», «извините, нет»;
- *не обращать внимание на советы окружающих;
- *побывать одному (ой), даже если другим хочется вашего общества;
- *менять свои решения или избирать другой образ действий.

Вы никогда не обязаны:

- *быть безупречным(ой) на все 100 %;
- *следовать за толпой; любить людей, приносящих вред;
- *делать приятное неприятным людям;
- *извиняться за то, что были самим собой;
- *выбиваться из сил ради других;
- *мериться с неприятной ситуацией;
- *выполнять неразумные требования;
- *отказываться от своего «Я» ради кого бы то ни было.

Заявляя о своих правах, надо помнить, что они есть и у других людей, нужно учиться уважать личные права других так же, как вы хотите, чтобы уважали ваши (проводится обсуждение).

Упражнение «Кто Я»

Участникам предлагается ответить на вопрос: «Кто Я?», закончив предложения:

Я словно птичка, потому что...

Я превращаюсь в тигра, когда...

Я словно муравей, когда...

Я – чувствую, что я – кусочек тающего льда...

Я – прекрасный цветок...

Я чувствую, что я – скала...

Я сейчас лампочка

Я – интересная книжка...

Я словно – рыба...

Я – мышка...

Я – светлячок... Домашнее задание: **дерево желаний**. Задача – нарисовать большой дерево желаний, когда все разрешено. На следующем занятии поговорить о возможностях и трудностях такой жизни. **Ритуал прощания**.

Занятие 2.

Тема: «Сказать - Нет»

Цель: обучение тому, как правильно высказывать своё мнение, сказать нет, когда мы чувствуем, что что-то не так и научиться правильно вести себя в ситуации, когда кто-то пытается предлагать что-либо, связанное с различными видами химической зависимости.

Форма: диспут.

Ритуал приветствия. «Сегодня»

Как бы я поступил?

Каждый день по дороге в школе к тебе подходит парень и грозитя тебя побить. Как бы ты поступил?

*Рассказал бы родителям.

*Ответил бы ему.

*Ничего бы не сказал.

*Что-то другое.

Ты в магазине и видишь, как твой приятель пытается украсть плеер. Как бы ты поступил?

*Ничего бы не сказал.

*Сказал, чтобы он или она заплатил.

*Сказал бы продавцу.

*Что-то другое.

Твой лучший друг рассказал, что он начал принимать наркотики. Как бы ты поступил?

*Ничего бы не сказал.

*Поговорил бы с ним.

*Рассказал бы родителям.

*Рассказал бы другому другу.

*Что-то другое.

Друг занял у тебя 100 рублей и не возвращает. Как бы ты поступил?

*Сказал бы, что тебе это не нравится.

*Сказал бы своим родителям.

*Ничего бы не сделал.

*Что-то другое.

Кто за меня решает? Когда мы маленькие, за нас решают взрослые. Они решают, что нам одевать, что нам делать и так далее. Когда мы вырастаем, важно самим отвечать за свои поступки. Раздать рисунок марионетки на рабочем листке. Попросите ответить на следующие вопросы:

*Кто-нибудь чувствовал себя марионеткой - ты должен делать то, что другие говорят?

*Расскажи, что произошло, и что ты ощущал.

Игра «Кошки-мышки»

Дети сидят на стульях кругом. Одному завязывают глаза и ставят посередине. Раскрутите водящего. Он ищет и подходит к игроку. На ощупь или по голосу должен догадаться, кто это. Если он не догадался с первого раза, он идёт к другому игроку. Если он догадается, то тот, кого разгадали, становится водящим.

Когда игра закончена, поговорите о вызванных ею эмоциях.

Сказать детям, что у всех есть право сказать «нет», когда мы чувствуем, что что-то не так и мы этого не хотим, например, когда кто-то из взрослых предлагает спиртное или наркотики.

Выяснить у н\д, есть ли у них кто-то близкий из взрослых, кому бы они могли доверить свою тайну. Все ли участники могут поделиться самым сокровенным с родителями?

Как вы думаете, почему многие из вас хотят попробовать что-то запретное? (алкоголь, табак, наркотики и т.д.)

Рассказать о встрече с бывшим алкоголиком.

Игра «Свободный микрофон»

Вы уже достаточно хорошо знаете друг друга и готовы отвечать на любые вопросы членов группы. Сейчас вы по очереди будете задавать наиболее волнующие вас свои вопросы тому, кто первый захочет воспользоваться такой возможностью побыть в центре внимания.

Основное правило – отвечать как можно полно и откровенно.

Благодаря этому вы сможете ещё лучше разобраться в себе, ведь вопросы касаются особенно вашего характера, ваших привычек и интересов, привязанностей и мнений по поводу тех или иных сложных жизненных проблем. Все должны побывать у свободного микрофона.

Обсуждение. Итог.

Ритуал прощания.

Занятие 3.

Тема: «Стресс. Чувства»

Цель: знакомство с понятием «стресс», «стресс - преодолевающее» поведение; разъяснение возникновения вредных привычек на фоне стресса; обучение способам эффективного разрешения проблем.

Форма: семинар. **Ритуал приветствия.** «Сегодня»

Сегодня мы с вами познакомимся с понятием «стресс» и способам его преодоления. Принято считать, что стресс оказывает разрушительное действие на человека.

Однако разные стадии стресса оказывают разное влияние на организм.

Первая стадия считается умеренной и, наоборот, мобилизует все жизненные силы человека. Деятельность человека оказывается более успешной, чем в состоянии покоя.

На второй стадии стресса напряжение становится слишком сильным, возникает торможение и чрезмерная суетливость. Организм человека подвергается мобилизации, начинается процесс его разрушения. Таким образом, чтобы чувствовать себя хорошо, человеку нужно научиться пользоваться преимуществом первой стадии и избегать дистресса. Впервые концепцию стресса в 1956 году опубликовал канадский учёный, Нобелевский лауреат, Ганс Селье. Согласно его определению, «стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование». И стрессом является всё, что нарушает нормальное взаимодействие организма со средой.

В качестве стрессора могут выступать изменение физических условий, боль, психологическое воздействие.

Реакция на стресс зависит от темперамента, конституции, личной истории стрессов, перенесённых ранее, психологической устойчивости и соматического здоровья.

Основной синдром стресса стал называться синдромом «напряжения - бегства», или основной адаптационный синдром. Селье описал три фазы в протекании стресса:

1. Стадия напряжения, в ходе которой отмечаются симптомы физиологического ответа.
2. Стадия резистентности, или стадия адаптации к стрессору.
3. Стадия истощения, в которой ресурсы адаптации истощаются, если воздействие стрессора продолжается.

Физиологические проявления стресса. Стрессовая ситуация развивается по следующему сценарию:

1.Активизация гипоталамуса.

Гипоталамус – это маленький участок мозга, выполняющий множество важнейших функций в организме человека. В нём находятся центры голода и насыщения, жажды и сна, половой активности и терморегуляции. Гипоталамус также является высшим центром вегетативной нервной системы и управляет эндокринной системой человека. При критической ситуации во внешней среде он сразу же запускает активность симпатической нервной системы.

2.Повышение активности симпатического отдела нервной системы.

Задача симпатического отдела нервной системы – это помочь организму в критический момент, дать ему столько ресурсов, сколько необходимо для борьбы. При активации сердце бьётся сильнее, зрачки расширяются, в крови появляется адреналин (при страхе) или норадреналин(при гневе), мышцы напрягаются и работают более интенсивно.

Задача парасимпатического отдела нервной системы – это восстановление и сохранение нервной системы. Её активация происходит во время сна, еды и отдыха.

3. Включение гормональных механизмов.

Ганс Селье получил свою Нобелевскую премию за открытие именно этой стадии стресса. На этой стадии происходит активация коркового слоя надпочечников, которые помогают нам преодолевать различные трудности при помощи специальных антистрессорных гормонов. Эта реакция также запускается гипоталамусом, но отличается от предыдущей. Под действием глюкокортикоидов (гормонов коркового вещества надпочечников) усиливаются все обменные процессы, в крови появляется большое количество глюкозы, подавляются все воспалительные процессы, организм становится менее чувствителен к боли и более адаптивен к повышенным требованиям среды.

4. Последующие нервно – гуморальные реакции.

Здесь выделяют три стадии: тревоги, адаптации и истощения. На первой стадии тревоги организм пытается приспособиться к стрессу или преодолеть его (при сдаче экзаменов, перед выступлением, спортивным состязанием). Затем наступает вторая стадия – адаптация, на которой человек пытается компенсировать ущерб от воздействия. Эту стадию испытывает руководящий работник при выполнении ответственного задания, спортсмен, преодолевший сильные нагрузки, космонавт, прилетевший на Луну, и т.д. В состоянии стресса организм не может находиться слишком долго. Происходит ограничение адаптационных ресурсов, и организм постепенно истощается. Поэтому, если стрессовый фактор продолжает воздействовать на организм, физиологический стресс сменяется на патологический, т. е. человек заболевает. Если человек испуган или печален и не хочет показать, что он чувствует, человек может защитить себя, показывая окружающим совсем другое.

Внутри мы можем чувствовать себя маленькими и беспомощными, хотя этого никто не видит. Однако, как бы мы не маскировали свои чувства, излишний адреналин нужно истратить. Как вы думаете, каким образом это можно сделать? Оказывается, он просто требует двигательной активности. Иногда бывает достаточно побегать с собакой во дворе, а может вскопать огород. Если же стресс был серьёзный – человеку под час приходится штурмовать горные вершины, и, конечно, всегда выручают занятия спортом. Домашнее задание: подумать и решить, как вы можете снять стресс.

Занятие 4.

Тема: «Что такое алкоголик, алкоголь - опьянение»

Цель: донести информацию о воздействии на организм человека алкоголя;

показать, что здоровье человека зависит от знаний и самостоятельного обдуманного выбора;

развеять заблуждения и мифы, связанные с действием алкоголя;

Почему человек становится алкоголиком и когда? Мы не можем и хотим давать прямой и простой ответ на эти вопросы.

Существуют различные теории, почему именно этот человек стал алкоголиком.

Согласно одной из теорий, алкоголизм – это наследственная болезнь. Другое объяснение – это, что алкоголики используют алкоголь как лекарство от своих психических проблем. Это могут быть психические проблемы, возникшие в детстве или в связи с жизненным кризисом. Чтобы бросить пить, алкоголику нужна помощь.

На примере папы одного ребёнка, я поэтапно прочитаю, как он стал алкоголиком. (Зачитывается пример)

Граница между употреблением и злоупотреблением часто очень подвижна. Можно ли назвать человека алкоголиком, если он каждый день пьёт вино?

Когда же потребление алкоголя наносит вред?

Важно помнить, что люди по-разному реагируют на одно и то же количество алкоголя, в зависимости от своей психики и физических данных. (небольшая справка)

Быть алкоголиком означает не только то, что человек зависим от алкоголя, но и то, что он уже создал защиту в форме отрицания. Алкоголик не признаётся себе и своему окружению, что он или она зависим от алкоголя, и использует отрицание, чтобы не видеть тяжёлой правды. Эта стратегия затягивает и остальных членов семьи.

А как вы представляете себе, кто такой алкоголик?

Обсуждение:

- Кто такой алкоголик?
- Сколько и как долго надо человеку пить, чтобы стать алкоголиком?
- Как меняется алкоголик, когда он или она пьёт?
- Знакомы ли вы лично с алкоголиком? (ответы могут быть письменными)

Участники получают задание нарисовать бутылку и алкоголика. Рисунок должен показать, что делает с человеком бутылка и наоборот – что алкоголик делает с бутылкой.

Рассказать про условия жизни в проблемной семье: разочарование, одиночество, ложь. Обсудить положение в семье с серьёзными проблемами:

- трудно планировать свою жизнь
- чувство одиночества
- постоянное беспокойство за того, кто пьёт и дебоширит
- ложь о малом и большом
- недоверие к взрослым – слишком много разочарований

- страх ругани или побоев
- стыдно приглашать к себе друзей

Ссора может выглядеть в разных семьях по-разному. Попросите рассказать каждого участника о том, что происходит, когда в их доме раздор. Включаются ли в него дети? Если да, то как? Если ребёнок вмешивается, что тогда? Что лучше всего делать, если в доме ссора?

Игра «Делай так – делай сяк» (разминка)

Анкета «Кто такой алкоголик?»

Кто такой, по - твоему алкоголик?

Сколько и как долго надо человеку пить, чтобы стать алкоголиком?

Как меняется алкоголик, когда он или она пьёт?

Вы знакомы лично с алкоголиком?

Ролевая игра «Бутылка»

Что происходит с организмом, когда человек пьёт? (раздать рабочие листы, просмотреть вместе и объяснить словами, чтобы дети всё поняли)

Рабочий лист «Как влияет алкоголь на организм?»

Мозг, зрение, желудок, сердце, печень, поджелудочная железа, мускулы.

Домашнее задание: подготовить презентацию на данную тему так, чтобы заинтересовать пьющего человека отказаться от пагубной привычки.

Заключительное слово, ритуал прощания.

Занятие 5.

Тема: «Наркотики, зависимость и её виды»

Цель: формировать у детей ценностное отношение к здоровому образу жизни; воспитывать потребность в здоровом образе жизни;

предоставить информацию о наркотических веществах с целью правильного самоопределения личности подростка.

Занятие 6.

Тема: «Курение – фактор риска»

Цель: привитие потребности в здоровом образе жизни, воспитание негативного отношения к табакокурению, отработка навыков отказа от курения.

Занятие 7.

Тема: «Гормоны, витамины и ошибки нашей защиты»

Цель: рассказать подросткам о работе гормонов, защитной функции организма, витаминах;

обратить внимание на то, что правильное поведение и употребление витаминов способствует крепкому здоровью;

расширить общий кругозор.

Занятие 8.

Тема: «Подростковые группировки»

Цель: познакомит подростков с видами неформальных субкультур;

формировать умение защищать свои убеждения, умение делать нравственную оценку деятельности окружающих;

развивать умение работать с различными источниками информации, контролировать свою деятельность.

Занятие 9.

Тема: «Жизнь без вредных привычек»

Цель: научить детей беречь своё здоровье;

дать знания и навыки по профилактике заболеваний органов дыхания;

расширить общий кругозор.

Занятие 10.

Тема: «Выбор жизненного пути»

Цель: организация самопознания своих склонностей к различным видам человеческой деятельности, а также внутригрупповых ролей;

Форма: практикум, игровая деятельность.

Вопросы для анкетирования группы.

1. Назовите две вещи, которые вам удаются.

2. Назовите две вещи, которые вам не удаются.

3. Чем вы занимаетесь в свободное время?

4. Какая ваша любимая передача по телевидению.

5. Почему?

6. С кем вам больше всего хочется встретиться?

7.Если бы вы очутились на необитаемом острове, какие три вещи вам хотелось иметь с собой?

8.Если бы у вас была возможность изменить что-то в своей жизни, что бы это было?

9.Ты часто прогуливаешь уроки? Что бывает, когда дети прогуливают уроки в твоей школе?

10.Что для тебя самое трудное в школе?

11.Чего тебе хотелось бы изменить?

Приложение

ЛИЧНАЯ КАРТА

несовершеннолетнего, посещающего программу по формированию коммуникативных навыков несовершеннолетних «Твоё завтра»

Ф.И.О. _____

Дата рождения _____

Домашний адрес, телефон: _____

Место обучения _____

Сведения о семье:

мать _____

отец _____

Характеристика семьи _____

Причина обращения _____

Дата поступления _____ дата выхода _____

Содержание:

1. заявление на обслуживание
2. договор на обслуживание
3. копия паспорта законного представителя
4. копия свидетельства о рождении несовершеннолетнего
5. направление на обслуживание

6. согласие на обработку персональных данных

7. справка о здоровье несовершеннолетнего

8. социально-педагогический блок

9. психологический блок

Специалист по социальной работе _____ (_____)

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ БЛОК

Социальный педагог _____

Выявленные проблемы:

Взаимоотношения со сверстниками:

Взаимоотношения с родителями:

Увлечения:

Программа занятий:

№	Наименование мероприятий	Сроки проведения

Результаты:

Наименование показателей	При поступлении	При выбытии
	Дата _____	Дата _____

Выводы и рекомендации:

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ БЛОК

Психолог _____

Наименование показателей	Первичная диагностика Дата _____	Заключительная диагностика Дата _____

Программа занятий:

№	Наименование мероприятий	Сроки проведения

Выводы и рекомендации:
