

УТВЕРЖДАЮ: 
Директор БОУ г. Омска «Лицей №145»
Лоскутова Н.В.
приказ № 32 от 24.11.2024 г.

В психолого-педагогической помощи

**Программа профилактики и коррекции девиантного поведения
обучающейся(-ющегося)**

педагог – психолог Курочкина Н.Н.

Омск, 2025

Пояснительная записка

Ф.И.О. несовершеннолетнего	
Дата рождения	
Ф.И.О. родителей	мать—
Класс	
Основания Разработки ИПС	Решение ПДН Решение совета профилактики ОО Решение ППК Снят с учета
Проблемы несовершеннолетнего и семьи	1. Девиантное поведение 2. Низкая стрессоустойчивость
Результаты психолого- педагогического об- следования особен- ностей эмоциональ- ного реагирования и адаптационных воз- можностей	В ходе психологической диагностики несовершеннолетнего были использованы следующие методы: педагогическое наблюдение за эмоциональным состоянием учащегося, тест жизнестойкости С. Мадди, социально-педагогическое тестирование. Дата проведения психологической диагностики —

Общая цель работы	Снижение риска девиантного поведения, развитие навыков социально приемлемого поведения
Задачи работы	1. Обучение навыкам конструктивного общения со взрослыми и сверстниками. 2. Обучение техникам эмоциональной саморегуляции в ситуации стресса или риска. 3. Формирование позитивного образа будущего. 4. Информирование о возможностях психологической помощи несовершеннолетнему в сложных ситуациях
Ресурсы несовершеннолетнего	1. Готовность родителей участвовать в помощи. 2. Готовность несовершеннолетнего сотрудничать со специалистами. 3. Наличие круга близких друзей
Критерии результативности работы(по показателям психологической диагностики)	1. Повышение показателей жизнестойкости по шкалам «принятие риска» и «контроль». 2. В поведении–уменьшение эпизодов девиантных форм поведения 3. Повышения стрессоустойчивости
Сроки работы	
Куратор ИПС	Курочкина Н.Н., педагог-психолог БОУ г. Омска «Лицей №145»
Партнеры реализации ИПС	

Программа мероприятий(содержание)

Мероприятие, форма проведения	Планируемый результат	Ответственный специалист	Срок реализации

Проблема: низкая стрессоустойчивость, преобладание эмоционального реагирования над интеллектуальной оценкой ситуации

Задачи:

- 1) Обучение навыкам психологической саморегуляции.
- 2) Развитие способности оценивать риск, используя рациональные установки;
- 3) Освоение техник рационального принятия решений.

Мероприятия

2.1. Проведение серии индивидуальных занятий по информированию о признаках стресса и освоению техник психологической саморегуляции	Несовершеннолетний освоит и научится применять некоторые навыки психологической саморегуляции; эмоциональные «триггеры», запускающие у него конфликтное поведение	Педагог-психолог	
2.2. Привлечение к деятельности спортивной секции, участие в тренировках и соревнованиях	Создание ситуации социального проявления рискованного поведения; развитие способностей оценивания риска и рационального принятия решений	Педагог-психолог, педагог дополнительного образования	
2.3. Индивидуальные занятия по профилактике и коррекции девиантного поведения	Коррекция девиантного поведения и предупреждение девиации, приобретение навыков уверенного поведения, развитие коммуникативной сферы.	Педагог-психолог	

Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Моя самооценка. Психодиагностика.	1
2	Принятие себя	1
3	Самоидентификация	1
4	Коммуникация с другими	1
5	Словарь чувств	1
6	Словарь чувств(продолжение)	1
7	Негативные чувства	1
8	Установление эмоционального контакта	1
9	Эффективное взаимодействие	1
10	Копилка хороших поступков . Психодиагностика	1

Цель программы:

Коррекция девиантного поведения и предупреждение девиации, приобретение навыков уверенного поведения, развитие коммуникативной сферы.

Задачи:

1. Коррекция агрессивного поведения; снижение психоэмоционального напряжения, коррекция тревожности
2. Коррекция настроения и негативных черт характера
3. Развитие системы самосознания и самооценки, рефлексивных способностей, формирование адекватного отношения к себе и другим;
4. Формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, развитие способности к эмпатии, сопереживанию;
5. Научить анализировать свое поведение.
6. Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения;
7. Обучение способам саморегуляции, релаксации;
8. Обучение способам выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально-приемлемых формах.
9. Обучение ребенка открытому разговору о своих проблемах.
10. Снятие эмоционального напряжения методами Арт-терапии.
11. закрепление положительной динамики.

Ожидаемый результат:

- 1.Формирование положительного отношения у подростка к себе и другим, осознания себя;
2. Понять, что нужно изменить в себе, увидеть себя глазами других, формирование навыков самоанализа и самоконтроля;
3. Определение профессиональных интересов;
4. Развитие способностей устанавливать контакт с окружающими;
5. Формирование умения позитивно разрешать конфликты;
6. Развитие чувства ответственности.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие формы контроля:
Стартовый, позволяющий определить исходный уровень развития учащихся

Текущий:

-рефлексивный – контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;

-контроль по результату, который проводится после осуществления действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

Итоговый: -психодиагностика(самооценка, незаконченные предложения)

Содержание индивидуальной работы педагога-психолога с подростком.

ПЕРВОЕ ЗАНЯТИЕ

1. **Знакомство.** (Установление эмоционального контакта с подростком, взаимоотношений «сопереживающего партнерства»)

Комплекс упражнений на «раскрепощение»:

1.МЕТОДИКА ДЕМБО-РУБИНШТЕЙНА ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ САМООЦЕНКИ.

ВТОРОЕ ЗАНЯТИЕ

I ЭТАП:

Приветствие. Установление эмоционального контакта. Обсуждение домашнего задания.

II ЭТАП:

Беседа на тему: «**Что же такое самооценка? Что влияет на нашу самооценку?**»
(размышление по данной теме)

Примерные вопросы и задания:

УПРАЖНЕНИЕ «ПРИНЯТИЕ СЕБЯ»

УПРАЖНЕНИЕ «ЗЕВОК»

Цель: обучение способам расслабления мышц лица.

.

ТРЕТЬЕ ЗАНЯТИЕ

УПРАЖНЕНИЕ НА САМОИДЕНТИФИКАЦИЮ. «КТО Я? КАКОЙ Я?»

Цель: осознание своих индивидуально-психологических особенностей, формирование представлений о своей Я – концепции.

УПРАЖНЕНИЕ: ПРОЕКТИВНЫЙ РИСУНОК «Я В ПРОШЛОМ, Я В НАСТОЯЩЕМ, Я В БУДУЩЕМ»

РЕЛАКСАЦИОННОЕ УПРАЖНЕНИЕ ««Я СНЕГОВИК»

Цель: снятие мышечных зажимов

ЧЕТВЕРТОЕ ЗАНЯТИЕ:

УПРАЖНЕНИЕ «БАНК ПЕРЕЖИВАНИЙ».

ПЯТОЕ ЗАНЯТИЕ

УПРАЖНЕНИЕ «СЛОВАРЬ ЧУВСТВ»

Цель: Отработка навыков коммуникативного поведения: коррекция эмоциональной сферы на основе отработки навыка адекватного эмоционального реагирования.

Вопросы для обсуждения:

– С кем ты говоришь о своих чувствах?

УПРАЖНЕНИЕ «ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА СО ЗВУКОМ «ХА»

ШЕСТОЕ ЗАНЯТИЕ

УПРАЖНЕНИЕ «БЫЛА БЫ ПРОБЛЕМА».

Цель: Отработка навыков преодоления трудностей.

АРТ-ТЕРАПИЯ: УПРАЖНЕНИЕ «4 ПЕРСОНАЖА»

Цель: самоанализ, исследование личностных качеств.

УПРАЖНЕНИЕ ВИЗУАЛИЗАЦИЯ «СВЕЧКИ НА ТОРТЕ».

СЕДЬМОЕ ЗАНЯТИЕ

УПРАЖНЕНИЕ «РАБОТА С НЕГАТИВНЫМИ СОСТОЯНИЯМИ»

Цель: научить понимать негативное состояние

УПРАЖНЕНИЕ «БЕЗМОЛВНЫЙ КРИК»

УПРАЖНЕНИЕ «МЕТАФОРА ПРОБЛЕМЫ»

ВОСЬМОЕ ЗАНЯТИЕ

УПРАЖНЕНИЕ «ЧТО ЧУВСТВУЕТ ЧЕЛОВЕК».

Цель: помочь вспомнить, как мы получаем информацию о человеке.

Соединить линиями строки левого и правого столбиков. Привести примеры.

УПРАЖНЕНИЕ «ИГРАЕМ В СЛОВА».

ДЕВЯТОЕ ЗАНЯТИЕ

УПРАЖНЕНИЕ: «ПОСТАВЬ СЕБЯ НА МЕСТО ДРУГОГО».

Цель: отработать навыки эффективного взаимодействия

УПРАЖНЕНИЕ «ЧТО, КОГДА И КОМУ Я ДОЛЖЕН».

УПРАЖНЕНИЕ «КОНТРАРГУМЕНТЫ»

ДЕСЯТОЕ ЗАНЯТИЕ

УПРАЖНЕНИЕ «КОПИЛКА ХОРОШИХ ПОСТУПКОВ»

Цель: получение позитивных переживаний.

УПРАЖНЕНИЕ: БЕЗМОЛВНЫЙ КРИК»

УПРАЖНЕНИЕ «НЕОКОНЧЕННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ».

Список используемой литературы:

1. А.Ф., Костромина С.Н. как преодолеть трудности в обучении Ануфриевадетей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: изд. «Ось-89», 2000. – с. 36, 40
2. Драгунова Т.В. Подросток. М.: Знание, 1998.- 143 с.7
3. Заринова Ю. «Поверь в себя». Программа психологической помощи подросткам. Москва Чистые пруды 2007г.