

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОМУТИНСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2



Программа коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога с учащимися 5-11 классов «группы риска»
(учащихся состоящих на профилактическом учете)

«ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ»

на 2024-2025 учебный год

Педагог – психолог Безрукова Анастасия Александровна

с.Омутинское

2024 г.

Пояснительная записка

Подросток – это хрупкое создание, которое входит в этот мир, делает свои робкие, неуверенные шаги. Очень много неприятных и неожиданных событий ожидает его на жизненном пути, воздействие которых деформирует организм и личность подростка, заставляя развиваться в асоциальном (нежелательном) направлении. В результате чего у подростка формируется искаженное представление о мире, людях и взаимоотношениях.

В современных условиях трудными подростками называют тех детей, чье поведение резко отличается от общепринятых норм и препятствует полноценному воспитанию.

Трудные подростки ведут себя с напускной независимостью, открыто высказываются о своем нежелании учиться и принимать помощь, у них отсутствует уважительное отношение к взрослым, авторитет сверстников завоевывается с помощью физической силы и запугивания. Именно такие подростки чаще всего становятся на путь правонарушений, так как чаще всего отвергаются коллективом одноклассников. В таких случаях подросток «уходит» из школы, он обближается с другими «отверженными».

Грубость, цинизм, бесшабашность подростков зачастую являются маской чувства собственной неполноценности, ущемленности, детскости.

Характерной особенностью трудных подростков является психическая незрелость, отставание от возрастных норм. Повышенная внушаемость, неумение соотносить свои поступки с нормами поведения, слабость логического мышления характеризуют таких ребят. Они редко мучаются выбором, принимают собственные решения, часто поступают слишком по-детски, импульсивно.

В большинстве случаев отклонения появляются под влиянием семьи и окружающей микросреды, то есть недостаточном учете со стороны взрослых возрастных особенностей развития ребенка. Они не всегда справедливо оценивают возросшие способности и потребности ребенка и продолжают осуществлять устоявшиеся меры воздействия.

Также причиной «отверженности» может служить хроническая неуспеваемость. Это порождает отвращение к учебе, стремление самоутвердиться другим способом. Подростки не способны устоять перед дурными примерами и в асоциальных компаниях легко адаптируются. Начинают курить, выпивать, охотно включаются в авантюры.

Работа с трудными подростками никогда не была легкой задачей. Специалисты в этой области пользуются различными подходами для решения возникающих проблем. Бесспорно, каждый должен следовать тому, что считает верным и эффективным, но есть то, что необходимо понять, – подростковый возраст длится не вечно. Необходимо сконцентрировать свои силы и внимание на том, чтобы помочь подростку справиться с имеющимися у него проблемами.

В данной программе мы рассматриваем асоциальное поведение подростка как следствие травмы, нанесенной ему в более раннем периоде взросления, в результате чего искажился стиль жизни и социального функционирования. Соответственно мы стремимся помочь подростку пережить и пересмотреть травмирующий опыт в сжатые сроки и в четырех направлениях:

- физический канал, используя релаксацию и методы аутогенной тренировки;
- поведенческий канал, через скрытое моделирование и проигрывание ролей;
- когнитивный канал, через внедрение в сознание подростка новых адаптивных когнитивных схем;
- эмоциональный канал, через проработку сильных чувств, эмоций, и модификацию механизмов психологической защиты, посредством которых подросток может справиться с травмой.

Цель программы: реабилитационная работа с несовершеннолетним, вследствие которой он уйдет от асоциального поведения, а также снизится его риск повторного совершения преступления.

Задачи:

1. Быстрое установление отношений сотрудничества и доверия психолога с подростком для более успешной работы.
2. Пересмотр дисфункциональных убеждений, сформированных на основе жизненного опыта, которые привели подростка к правонарушению.
3. Раскрытие и модификация конфликтного поведения и проблем развития подростков, предшествовавших ситуации правонарушения.

4. Обучение адекватным формам психологической самозащиты и их укрепление.

5. Восстановление чувства защищенности и связности «Я-концепции».

Методы работы:

1. Социально-психологическая беседа;
2. Психологическая и социальная диагностика;
3. Дискуссии;
4. Релаксационные упражнения;

5. Разминки и упражнения.

Предполагаемые конечные результаты, умения, которые предполагается развить в несовершеннолетнем:

1. Иметь адекватное представление о последствиях совершения правонарушения.
2. Адекватное представление о своих правах и обязанностях.
3. Чувствовать уверенность в своих способностях противостоять нежелательному влиянию среды и отстаивать свою позицию «безопасным» способом в различных ситуациях.
4. Уметь эффективно общаться с другими людьми, особенно в ситуациях с повышенным риском.
5. Знать, как лучше поступить в случае давления со стороны сверстников.
6. Иметь знания и навыки, необходимые для организации полезного досуга.

Личностные ресурсы:

1. Адекватное представление о самом себе.
2. Позитивная оценка своих возможностей и способностей.
3. Хорошо развитые способности для управления своей тревогой.
4. Умение расслабляться.
5. Оптимистическое мировоззрение.
6. Способность к эмпатии (умение принимать чужую точку зрения).
7. Развитие навыка межличностного общения.

Формы работы: групповые занятия.

Основным принципом программы является: индивидуальный подход к вопросам помощи несовершеннолетним, особо нуждающимся в предоставлении социальной, педагогической и психологической поддержки и их адаптации в семье и обществе.

Целевые группы: учащиеся, которые совершили правонарушение и состоят на профилактическом учете.

Описание коррекционного курса:

Коррекционно-развивающая программа рассчитана на 1 год по 1 часу в неделю. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут. Занятия проводятся в три этапа: приветствие, основная часть, направленная на выполнение основной цели занятия, заключительная часть, подведение итогов, снятие возможного напряжения.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов	Количество часов	Теоретическая часть	Практическая часть
1	Коррекция и развитие самопознания, уверенности в себе	4	1	3
2	Коррекция эмоциональной сферы	8	2	6
3	Формирование положительной нравственной направленности	6	2	4
4	Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения	9	2	7
5	Я и близкие мне люди	7	2	5
Итого:		34	9	25

Тематический план

№	Наименование раздела/темы	Количество часов	Дата
Раздел 1. Коррекция и развитие самопознания, уверенности в себе			
1	Начало пути. Создание доверительной атмосферы	1	
2	Мечта моей жизни	1	
3	Контрааргументы	1	
4	Какой я? Моя индивидуальность!	1	
Раздел 2. Коррекция эмоционально-волевой сферы			
5	Мои сильные и слабые стороны	1	
6	Автопортрет	1	
7	Без маски. Профилактика конфликтности	1	
8	Эмоции и темперамент	1	
9	Почему же важно управлять собой	1	
10	«Обзывалки» Снимаем вербальную агрессию в приемлемой форме	1	
11	Мой мир. Познаём себя, внутренний контроль	1	
12	Будущая жизнь – завтрашний день жизни настоящей. Мои эмоции сегодня	1	
Раздел 3. Формирование положительной нравственной направленности			
13	Моя поддержка	1	
14	Ассамблея одаренных	1	
15	Ответственность и безответственность. Что прячется за этими словами?	1	
16	Правонарушения. Риск. Мотивы и последствия	1	

17	Я взрослою. Во что люди могут вовлекаться	1
18	Я ученик. Формирование положительной мотивации	1
Раздел 4. Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения		
19	Скажи мне кто твой друг.	1
20	«Я высказывание» в жизни человека	1
21	Учимся общаться	1
22	Толерантность и мы	1
23	Навыки общения. Какие они?	1
24	Взаимодействие людей друг с другом	1
25	Один за всех и все за одного	1
26	Взросление – ответственность	1
27	«Клуб общения»: искусство общения	1
Раздел 5. Я и близкие мне люди		
28	Письмо в будущее	1
29	Я и моя семья	1
30	Уют и комфорт в нашем доме	1
31	Наши семейные традиции	1
32	Добро и доброта. Добрый ли я с близкими?	1
33	Что такое семейный микроклимат, и как улучшить отношения в семье	1
34	Семейные роли и обязанности	1