

Министерство просвещения РФ
ФГАОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт психологии
Кафедра психологии образования

**РЕСУРСНЫЙ ПОДХОД К ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕВИАНТНОГО
ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ**

Выпускная квалификационная работа

Направление подготовки 44.04.02 – Психолого-педагогическое образование
Направленность «Психолого-педагогическое сопровождение
субъектов образования»

ВКР допущена к защите
зав. кафедрой

(подпись) Н.Н. Васягина

«22» ноября 2024 г.

Исполнитель:
Теплых Марина Валерьевна,
студент ССО – 2241z группы

(подпись)

Научный руководитель:
Баринова Елена Сергеевна,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии
образования

(подпись)

Екатеринбург 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РЕСУРСНОГО ПОДХОДА К ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ	7
1.1 Понятие девиантного поведения в психолого-педагогической литературе	7
1.2 Особенности проявления девиантного поведения у подростков.....	12
1.3 Анализ условий профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода	19
Выводы по первой главе.....	26
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ РЕСУРСНОГО ПОДХОДА.....	28
2.1 Организация и методы исследования, анализ первичной диагностики склонности подростков к девиантному поведению	28
2.2 Описание программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода	44
2.3 Анализ эффективности программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.....	50
Вывод по второй главе.....	56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	59
СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ	62
ПРИЛОЖЕНИЕ	69

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования обусловлена необходимостью поиска эффективных подходов к профилактике девиантного поведения подростков. Подростковый возраст является критическим периодом, когда несовершеннолетние находятся в зоне повышенного риска формирования девиантных форм поведения, включая правонарушения и приобщение к антисоциальным практикам. Это связано с особенностями психоэмоционального развития подростков, такими как недостаток жизненного опыта, импульсивность, повышенная внушаемость, стремление к независимости и склонность к подражанию. В условиях неблагоприятной социальной среды эти особенности могут способствовать негативной направленности поведения, что делает профилактику девиантного поведения приоритетной задачей для общества.

Рост числа правонарушений среди несовершеннолетних вызывает озабоченность не только в России, но и на международном уровне. Девиантное поведение подростков, выражающееся в нарушении социальных норм, представляет собой сложное социальное явление, тесно связанное с изменениями в обществе, такими как урбанизация, развитие информационных технологий и ценностная переориентация молодежи.

Работа по профилактике девиантного поведения является важнейшим инструментом для исправления ситуации. Однако для того, чтобы такая работа была эффективной, требуется научно обоснованная, системная стратегия, основанная на современных методах и подходах. Одним из таких подходов является ресурсный подход, который направлен на выявление и использование внутренних и внешних ресурсов подростков для профилактики девиантных форм поведения.

Степень изученности проблемы. К явлению девиантного поведения к настоящему моменту выработано множество подходов, включая

юридический (преимущественно криминологический), биологический, социальный, педагогический, психологический и др.

Изучением вопроса социальной адаптации личности с девиантным поведением занимались в основном зарубежные ученые. Работы Э. Дюркгейма, Р. Мертон, М. Вебера были первыми в этом направлении. Ученые были схожи в своем представлении о девиации как о процессе, вызванном социальными условиями жизни.

Особо следует отметить разработки специалистов, посвятивших свои исследования проблематике девиантного поведения и его проявлению в контексте распространения преступности. К таким авторам следует отнести Г.А. Аванесова, Е.О. Алауханова, А. И. Алексеева, Ю.М. Антоняна, Б.В. Волженкина, И. И. Карпец, В.Н. Кудрявцева, В.В. Лунеева.

Большой вклад в изучение девиантного поведения и, соответственно, в терминологию девиантного поведения в нашей стране внесли В.Д. Менделевич, Ю.А. Клейберг, Е.В. Змановская и др.

Аспекты профилактики асоциального поведения несовершеннолетних были и являются предметом исследования учёных различных научных областей. Взаимодействие несовершеннолетних в асоциальных группах исследовалось О. Филатовой. Специфика функционирования асоциальных групп исследовалась Т. Барановой, И. Дементьевой.

В психологии проблема разрушительного и девиантного поведения описана в научных работах: О. О. Андроникова, И. В. Бемо-Белькура, Б.С. Братуся, Т. Н. Горобец, Т. А. Донских. С. П. Короленко, А. Е. Личко.

Объект: девиантное поведение подростков.

Предмет: профилактика девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

Цель: теоретически обосновать, разработать и апробировать программу профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

Гипотеза: профилактика девиантного поведения подростков будет осуществляться эффективно, если разработать и реализовать программу профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

Опираясь на выдвинутые цель и гипотезу исследования, были сформулированы следующие **задачи**:

1. Проанализировать основные подходы отечественных и зарубежных исследователей к понятию, сущности и проявлению девиантного поведения;
2. Изучить и систематизировать особенности проявления девиантного поведения подростков;
3. На теоретическом уровне выявить условия профилактики девиантного поведения средствами ресурсного подхода.
4. Эмпирически определить склонность подростков к проявлению девиантного поведения.
5. Разработать и апробировать программу профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

База практики МАОУ СОШ №4 Свердловская область, г. Верхняя Пышма.

Методы исследования: для решения поставленных задач и проверки гипотезы был использован комплекс методов, включающих в себя:

1. Методы теоретического исследования – теоретический анализ литературы по теме исследовательской работы, анализ и синтез полученных результатов.
2. Методы эмпирического исследования – Методика склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел. Тест склонности к девиантному поведению (СДП), разработанный Э.В. Леусом и А.Г. Соловьевым. Диагностический опросник для выявления склонности к различным формам девиантного поведения (ДАП-П), разработанный кафедрой психиатрии ВМедА.

3. Методы математической и статистической обработки данных – качественный и количественный анализ результатов эмпирического исследования.

Методологическая основа исследования:

1. Проблема сущности девиантного поведения (Я. И. Гилинский, Е. В. Змановская, Л. В. Зубов, Ю. А. Клейберг, В. Т. Кондрашенко, В. Г. Степанов и др.).

2. Профилактика девиантного поведения (С. А. Беличева, Е. В. Воронова, Г. О. Галич, А. И. Захаров, Г. Ф. Кумарина, И. В. Макаренкова, Г. С. Малунова и др.).

3. Девиантное поведение как нарушение процесса социализации подростков (Б.Н. Алмазов, Б.П. Битинас, И.С. Кон, А.В. Мудрик, И.А. Невский и др.).

4. Ресурсный подход в психологии (Д. А. Леонтьев, С. Л. Соловьева, В. В. Знаков, А. Н. Поддьяков, Л. И. Дементий, Е. А. Петрова, А. К. Осницкий, З. И. Рябикина и др.).

Теоретическая и практическая значимость исследования заключается в возможности использования полученных результатов для разработки эффективных программ профилактики девиантного поведения подростков. Выводы и рекомендации, сформулированные в ходе исследования, могут быть использованы для разработки как локальных, так и региональных программ по профилактике девиантного поведения, а также внедрения ресурсного подхода в практику воспитательной работы образовательных учреждений.

Программа профилактики, разработанная в рамках исследования, может стать основой для дальнейших теоретических и практических изысканий в сфере предотвращения девиантного поведения подростков. Она позволит не только снизить предпосылки к девиантному поведению, но и способствовать формированию у подростков устойчивых жизненных установок, основанных на позитивных социальных и личностных ресурсах.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РЕСУРСНОГО ПОДХОДА К ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

1.1 Понятие девиантного поведения в психолого-педагогической литературе

Понятие девиантного поведения в психолого-педагогической литературе рассматривается как одно из центральных, поскольку оно затрагивает множество аспектов развития личности и ее взаимодействия с обществом. Девиантное поведение, по сути, является отклонением от социальных и моральных норм, принятых в конкретном обществе. Однако, в зависимости от подхода, понимание данного явления может значительно варьироваться. В психолого-педагогической литературе девиантное поведение изучается в рамках как личностного, так и социального контекстов, что позволяет глубже понять причины и механизмы возникновения таких отклонений.

В большом психологическом словаре девиантное поведение (англ. Deviation – отклонение) толкуется как «действия, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе (социальной группе) моральным и правовым нормам и приводящие нарушителя к изоляции, лечению, исправлению или наказанию» [17].

Чаще всего девиантное поведение возникает в подростковом возрасте, на самом сложном этапе развития. Именно в этом возрасте идет интенсивное формирование взглядов и убеждений, формируется мировоззрение личности, самоутверждение своего «Я» [18].

Так как мировоззрение и ценностные ориентации не сформированы до конца, подростки легко поддаются влиянию со стороны, и могут столкнуться с проявлениями девиантного поведения. Количество трудных подростков растет, а заинтересованные службы защиты ищут эффективные методы и приемы профилактики девиантного поведения. Проблема подростков с

отклоняющимся поведением носит правовой, медицинский, социальный и в первую очередь психолого-педагогический характер [22].

Поэтому изучение особенностей девиантного поведения, поиск эффективных методов профилактики и коррекции занимает важное место в работе психологов и педагогов.

На сегодняшний день, девиантное поведение в таких науках как, психология, подростковая педагогика, социология, политология – является одной из центральных проблем [10].

Г.В. Апинян в своей работе «О понятиях девиация, девиантность, девиантное поведение», при теоретическом рассмотрении данного понятия, сделал вывод, что девиантное поведение, так или иначе, связано с несоответствием действий и поступков, общественным устоям, правилам, ценностям, установкам и ожиданиям [1].

По мнению А.В. Нефедовой, девиантным поведением называют поведение человека, которое причиняет вред обществу или отдельным личностям [1].

По высказыванию Ю. А. Клейберга, «вся жизнь во всем ее многообразии и мозаичности имеет девиантологическую основу. Девиантность имеет множество различных форм проявления: инициативность, трудоголизм и тунеядство; инновации и разгильдяйство; образованность и бескультурье; великие достижения и невежество и хамство; пьянство, алкоголизм, проституция и добропорядочность и милосердие; преступления, агрессия, насилие и доброта, терпимость и альтруизм...»[15].

К проявлениям девиантного поведения можно отнести:

1. Демонстративное и агрессивное поведение, нежелание вести трудовую и учебную деятельность, вызывающее поведение.
2. Возникновение у детей и подростков признаков раннего алкоголизма, беспричинные уходы из дома.
3. Раннее употребление наркотических и токсических веществ.
4. Сексуальные действия, противоречащие нормам общества.

5. Склонность к суицидальному поведению [17].

По мнению С.А. Беличевой, девиантным поведением называют отклоняющиеся проявления в поведении, Автор делит девиантное поведение на следующие виды:

- асоциальный тип отклоняющегося поведения;
- социальные отклонения корыстной направленности (хищения, кражи и т. п.), агрессивной ориентации (оскорбление, хулиганство, побои), социально-пассивного типа (уклонение от гражданских обязанностей, уход от активной общественной жизни) [17].

Наиболее опасным для жизни подростков является аутодеструктивное поведение.

По мнению В.Е. Лапшина, при аутодеструктивном поведении реализуется образ жизни и действий индивида, приводящий к разрушению психического и физического здоровья, и, в конечном счёте, к преждевременному прекращению жизни [20].

Аутодеструктивным поведением называют вредоносное поведение, направленное на нанесение вреда психическому или соматическому собственному здоровью, представляющее опасность для полноценного развития индивидов [20].

В.В. Ковалев, считает, что к девиантному поведению относятся поведенческие отклонения, не соответствующие нормам общества, в котором растёт подросток. К такому поведению он относит:

1. Действия корыстного, сексуального характера.
2. Раннее употребление алкоголя, наркотиков, токсических веществ.
3. Склонность к азартным играм.
4. Бродяжничество.
5. Отступление от норм трудовой и учебной деятельности.
6. Действия насильственного характера [17].

Теории девиантного поведения

Название	Автор	Основные идеи
Генетическая и биологическая	Шелдон У. и Ч. Ломброзо	Причинами девиантного поведения являются генетические отклонения, деградации личности. Такие отклонения отражаются в физическом плане
Психологическая	З. Фрейд	Девиантное поведение обусловлено психологическими чертами. Например, неустойчивость психики.
Культурологическая	Г. Беккер Миллер	Проявления девиантного поведения связано с конфликтами между разными социальными группами.
Социальная	Р. Мертон Э. Дюркгейм	Причина девиантного поведения – отсутствие организации общества.

Согласно исследователям В.Г. Сепанову [12] и Г.П. Медведеву [23], девиантное поведение подростков является следствием педагогической ошибки и запущенности.

К причинам возникновения девиантного поведения относят: биологические, социальные и психологические факторы.



Рисунок 1. Причины девиантного поведения

В современной психолого-педагогической литературе выделяют две позиции рассмотрения понятия «девиантное поведение»:

1. Девиантное поведение – это прямое отражение социально-психологического статуса личности типа «социализация-дезадаптация-изоляция».

2. Медицина рассматривает понятие «девиантное поведение» «здоровье-предболезнь-болезнь» [14].

Девиантное поведение можно разделить на различные типы в зависимости от направленности: оно может быть направлено как на окружающих (агрессивное поведение, нарушение общественного порядка), так и на самого подростка (аутоагрессивные действия, склонность к саморазрушению). Таким образом, отклоняющееся поведение требует комплексного подхода в его изучении и коррекции, что включает работу с индивидуальными особенностями подростков и социальной средой, в которой они развиваются.

Существенную роль в профилактике девиантного поведения играет работа с ресурсами подростка – как внутренними, так и внешними. Ресурсный подход, набирающий популярность в психолого-педагогической практике, ориентирован на выявление позитивных возможностей подростков и создание условий для их самореализации. Важной задачей педагогов и психологов является не только предотвращение развития девиаций, но и поддержка личностного роста подростков, что помогает им успешно преодолевать трудности социализации.

В современной литературе также подчеркивается значимость среды, в которой развивается подросток. Социальные, экономические и культурные факторы могут оказывать как позитивное, так и негативное влияние на его поведение. Неблагоприятные социальные условия, такие как бедность, безработица родителей, насилие в семье, могут стать катализаторами девиантного поведения. В этом случае важную роль играет работа с семьей и

ближайшим окружением подростка с целью создания поддерживающей и стабильной среды, которая способствовала бы его гармоничному развитию.

1.2 Особенности проявления девиантного поведения у подростков

Девиантное поведение подростков отличается рядом специфических особенностей, обусловленных как возрастными, так и психоэмоциональными характеристиками. Подростковый возраст является периодом активного формирования идентичности, что нередко сопровождается кризисными проявлениями и сопротивлением существующим социальным нормам.

Подростковый возраст – период онтогенетического развития человека, своеобразие которого заключается в его промежуточном положении между детством и зрелостью. Он охватывает период жизни достаточно длительный. Его начало приходится на 11-12 лет, а заканчивается по-разному: от 15 до 17-18 лет [11].

Ю.А. Клейберг подчёркивает эмоциональную нестабильность, хрупкость подростков. Эта повышенная чувствительность связана, с физиологическими и гормональными перестройками, а также с новой для подростка социальной и психологической ситуацией [15].

Подросток переживает внутренний конфликт между потребностью развиваться, и желанием оставить все как было раньше, на предыдущем этапе. При этом у подростка нет возможности соотнести негативный и травмирующий опыт с уже сформировавшимся устойчивым представлением о себе, как это делают взрослые в кризисной ситуации.

Л.С. Выготский предлагает рассматривать подростковый возраст с точки зрения интересов, определяющие структуру направленности реакций. Например, особенности поведения подростков (падение школьной успеваемости, ухудшение отношений с родителями др.) можно объяснить коренной перестройкой всей системы интересов в этом возрасте. Он указал типичные особенности поведения подростка:

- самоанализ поведения подростка;

- анализ собственных переживаний;
- отсутствие чувства удовлетворенности жизнью;
- систематическое самокопание и уход в себя;
- возникновение чувств собственной уникальности;
- желание подростка самоутвердиться;
- возникновение конфликтов с окружающими.

В результате этого всего они заявляют о себе в проявлении девиантного поведения.

Как говорилось ранее, девиантным называют поведение, которое отклоняется от установленных норм, правил и принципов. Оно может служить как средством самоутверждения, так и формой протестов.

Склонность к такому поведению у подростков возникает вследствие собственной несостоятельности, неудовлетворенности жизнью, неуверенности в себе.

Подростковый возраст – тот период, когда происходит усиленный рост организма. В связи с этим ростом, происходит изменения в организме. Это служит причиной для поиска собственной несостоятельности и нестабильном психическом состоянии.

В подростковом возрасте дети начинают интересоваться не только положительными сторонами жизни, но и отрицательными. В первую очередь, подростки стремятся попробовать то, что считается запрещенным. Отсюда возникает любопытство попробовать наркотические, токсические вещества и алкоголь [32].

Существует несколько видов направлений личностей подростков:

1. Гуманистическая направленность: отношение подростка к себе и обществу положительны.
2. Эгоистическая направленность: он сам является более значимым, чем общество.

3. Депрессивная направленность: он сам никакой ценности не представляет для себя. Его отношение к обществу можно назвать условно положительным.

4. Суицидальная направленность – ни общество, ни личность для самой себя не представляет никакой ценности [10].

Социальная обстановка становления подростков характеризуется немаловажными переменами, подключение его в новую систему расширение общественных ролей, развитие психологической готовности обучающихся старшего звена к самостоятельной жизни, становление самооценки и самомнения, энергичность в поведении, проявление чувства взрослости, весомую роль играет коллектив где молодой человек утверждается (школа, всевозможные клубы). Появляется вероятность усвоения новых ценностей, принадлежность развития коллективизма, товарищества (приятельства), приспособления к обществу, интерес к личным возможностям [24].

В первую очередь, девиантное поведение может возникнуть из-за проблем в семье, в которой воспитывается подросток. Основными характеристиками и особенностями таких семей являются:

1. Члены семьи подростка имеют асоциальное поведение, пристрастия к наркотикам, алкоголю, либо психические заболевания;
2. Дефицит любви и заботы у родителей к подростку;
3. Проявление насилия в семье, непонимание, враждебность, доминирующие отношения;
4. Строгие семьи, требующие соблюдения строгой дисциплины;
5. Семьи, проявляющие чрезмерную опеку над своими детьми [23].

Среди причин девиантного поведения чаще всего встречаются:

- отсутствие контроля над собственным поведением;
- частые ссоры со старшими, родители подростка наркоманы или алкоголики;
- желание быть независимым;
- буллинг у подростков;

- непонимание со стороны взрослого окружения подростка;
- давление со стороны взрослого окружения подростка;
- стрессы различного вида;
- слабый волевой контроль ребенка;
- уход подростка в одиночество;
- подверженность подростка к влиянию со стороны;
- не знание подростком норм поведения в обществе;
- стремление компенсировать свободное время;
- привлечение внимания различными способами;
- негативное влияние среды, примеры насилия, жестокости, безнаказанности, получаемые из СМИ.

Всё вышеперечисленное относится к особенностям подросткового возраста.

Агрессивно-асоциальное поведение (деструктивное) непременно включает насилие - вербальные или физические действия, причиняющие боль. Это поведение направляется агрессивными мотивами - разрушить, устранить, использовать, навредить [28].

На когнитивном уровне оно поддерживается установками, подтверждающими правильность такого поведения (предубеждения, мифы, убеждения). Агрессия – тенденция (стремление), проявляющаяся в реальном поведении или фантазировании, с целью подчинить себе других либо доминировать над ними.

Агрессивность как склонность конкретного человека проявлять эту тенденцию в форме конкретных внутренних и внешних действий – индивидуальная особенность. Данную индивидуальную особенность довольно трудно измерить, в связи, с чем основным способом оценки агрессивной тенденции является оценка ее поведенческих проявлений.

В психолого-педагогической литературе подростковый возраст характеризуется, гранью юношества, границей взросления с радикальными

конструктивными переменными общественных ролей, что определяет, данный возрастной период как этап взросления [24].

Возрастной период 14-17 лет психология выделяет как старший подростковый возраст. По мнению американских ученых, самый длительный возраст – тинэйджерство, и приписывают ему возрастные рамки от 13 до 19 лет.

Д.Б. Эльконин именует старший подростковый возраст старшим школьным возрастом и ставит ему возрастные грани 15-17 лет, определяя основным видом учебно-профессиональной работы, в процессе которой происходит формирование нужных новообразований, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечты и идеалы [29].

Старший подростковый возраст – самый краткий этап, в ходе которого подросток преодолевает важный путь в собственном развитии. Современное молодое поколение попадает под воздействие средств массовой информации, рекламы, кинофильмов, преобладающей необходимости в вещах.

Этот возрастной этап можно именовать «Периодом философской интоксикации». Он обретает легкость и наслаждение в применении мыслительных операций, становится более склонным к обобщениям и абстракциям, так же строит большое количество свежих жизненных теорий. Успешное окончание данного периода превращает подростка из отвлеченного реформатора в интенсивного прагматиста [12].

К основным признакам агрессивного поведения относят:

1. Желание подростка использовать людей в своих целях и чувствовать власть.
2. Склонность к самобичеванию.
3. Причинение вреда окружающим людям.
4. Склонность к нанесению побоев [17].

Все это обуславливает наличие у подростков большого количества негативных эмоциональных состояний личности, таких, как тревожность, депрессивное состояние, неуверенность в себе, своих силах, агрессивность,

стресс, неадекватная самооценка, чаще всего заниженная, повышенная возбудимость, импульсивность, замкнутость, недовольство собой и, как следствие, окружающим миром.

Подростковый период – возраст, который находится между детством и взрослением. Этот период жизни человека является одним из самых сложным, ведь именно в периоде ранней юности в организме происходит огромное количество сложных процессов.

По этой причине этот возраст можно охарактеризовать резкими скачками настроения, неустойчивость психики. Одна из важных задач этого возрастного периода – научиться контролировать свои чувства и относиться с пониманием к чувствам окружающих людей.

Ярко выражены упрямство и социальная смелость. Снижается самоконтроль и исполнительность. Дети становятся более конфликтными и требовательными к окружающим.

В подростковом возрасте личные характеристики недостаточно сформированы и устойчивы. К тому же, подвержены влиянию извне. К «влиянию извне» можно отнести педагогов школы, друзей, родственников, а также близкое окружение, такие как родители, сестры, братья и т.д.

Индивидуальное сознание личности, формируют не общественное сознание как таковое, а установленные им схемы, стереотипы, социальные законы, которые постигает личность в своем индивидуальном опыте.

В этот период происходит формирование мировоззрения и убеждений, формируется самосознание и осознанная потребность в самовоспитании. У подростка в этом возрасте активно формируются собственные идеалы, мечты, происходит первая любовь.

Обобщая все перечисленные признаки, можно говорить о том, что агрессивное поведение личности подразумевает любые действия с выраженным мотивом доминирования. Очевидно, что насилие (физическое, сексуальное, эмоциональное) является самым серьезным проявлением и нежелательным следствием агрессивного поведения.

Главная личностная особенность – появление жизненных планов, готовность к социальному построению собственной жизни. Планы становятся предметом размышлений, в ходе которых происходит уточнение жизненных целей и способы их достижения [31].

Среди особенностей подросткового периода можно обозначить усиленную потребность личной неприкосновенности (приватизации). С одной стороны, это явление исходит из отношений с окружающими взрослыми, которые осуществляют постоянный контроль. С другой стороны, эту особенность можно наблюдать и в общении со сверстниками.

Особенность течения этого периода во многом зависят от самостоятельности и целенаправленности подростков. Тем не менее, чувство неприкаянности и одиночества является одним из возрастных признаков подростков.

Старший подростковый возраст является периодом «самостандартизации»; молодые люди стремятся к поиску чувства «Я», к включенности в конкретные роли. Потребность в обретении чувства идентичности настолько остра, что человек может решить эту проблему, став деликвентом – то есть выбрать идентичность, противоположную тому, что предлагает общество, лишь бы не остаться вовсе без идентичности. В частности, агрессивность особенно присуща подросткам как способ защиты личности от переживания «кризиса идентичности», эмансипации от мира взрослых, преследующий стабилизацию самооценки: следовательно, становится актуальной проблема блокировки агрессии и невозможность ее выражения [17].

Таким образом, характерной чертой подростков с девиантным поведением является склонность к импульсивным действиям, которые часто не поддаются контролю. Подростки могут демонстрировать агрессию, вызванную внутренним конфликтом, недовольством собой или окружающим миром. Также часто наблюдается отказ от социальных норм и

демонстративное нарушение правил, что связано с попыткой утвердить свою независимость и самобытность.

Еще одной особенностью проявления девиантного поведения у подростков является подражательность и высокая степень внушаемости. Влияние сверстников и различных субкультур может играть решающую роль в формировании девиантных моделей поведения. Подростки легко попадают под влияние групп, которые продвигают антисоциальные или деструктивные ценности, что усиливается их стремлением к признанию и принадлежности к определенной группе. При этом подростки могут не осознавать всей опасности своих действий или их долгосрочных последствий. Именно поэтому своевременное вмешательство и поддержка со стороны педагогов и психологов играют ключевую роль в профилактике девиантного поведения.

1.3 Анализ условий профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода

Девиантное поведение подростков – сложное и многогранное явление, которое имеет как личностные, так и социальные причины. В настоящее время среди ведущих подходов к профилактике девиантного поведения активно используется ресурсный подход. Он направлен на выявление и использование позитивных качеств и потенциала подростков для предотвращения или коррекции их поведения. Особое внимание уделяется развитию социальных навыков, критического мышления и личностных ресурсов, что позволяет подросткам справляться с трудностями более эффективно и избегать негативных форм поведения.

Ресурсный подход в психологии и педагогике ориентирован на выявление и развитие позитивных качеств человека, которые могут быть использованы для преодоления кризисных ситуаций. В контексте профилактики девиантного поведения этот подход сосредотачивается на мобилизации внутренних и внешних ресурсов подростка. Как отмечают В.Д. Менделевич и Ю.А. Клейберг, ресурсный подход акцентирует внимание на

сильных сторонах личности подростка и его окружения, что помогает ему более осознанно управлять своими действиями и принимать взвешенные решения в стрессовых ситуациях.

Одним из ключевых элементов ресурсного подхода является развитие у подростков навыков саморегуляции, эмоциональной устойчивости и критического мышления. Эти навыки позволяют подросткам более эффективно справляться с жизненными трудностями, снижая тем самым риск возникновения девиантного поведения. В исследованиях А.В. Нефедовой подчеркивается важность формирования у подростков позитивной самооценки и осознания своих возможностей, что напрямую влияет на их поведение.

Ресурсный подход предполагает работу с двумя основными видами ресурсов – внутренними и внешними. Внутренние ресурсы подростков включают в себя личностные характеристики, такие как уверенность в себе, самоконтроль, устойчивость к стрессу, критическое мышление и способность к саморазвитию. Эти ресурсы формируют основу для личностного роста и помогают подросткам справляться с внешними вызовами.

Внешние ресурсы включают поддержку со стороны семьи, школы и ближайшего окружения. Как отмечают В.А. Гневашева и И.И. Карпец, подростки, которые растут в благоприятной социальной среде, где существует поддержка и положительные примеры для подражания, значительно реже демонстрируют девиантное поведение. Семейное окружение играет ключевую роль в формировании поведенческих моделей подростков, и наличие поддерживающих и доверительных отношений в семье способствует предотвращению девиаций.

Школа является одним из важнейших социальных институтов, влияющих на формирование личности подростков. По мнению С.А. Беличевой и Е.В. Змановской, работа педагогов по выявлению и развитию личностных ресурсов подростков позволяет вовремя корректировать поведенческие отклонения и предотвращать их эскалацию в более серьезные

формы. Важным аспектом является создание в школе атмосферы доверия и поддержки, которая способствует развитию позитивных качеств личности.

Педагогическая поддержка должна включать индивидуальные программы развития, направленные на развитие таких навыков, как самоконтроль, навыки решения конфликтов, критическое мышление и ответственность за свои поступки. В исследованиях А.Е. Личко подчеркивается важность работы с эмоциональной сферой подростков, так как многие формы девиантного поведения являются следствием неумения справляться с эмоциями и стрессом. Программы эмоционального интеллекта, направленные на обучение подростков распознаванию и управлению своими эмоциями, являются эффективным инструментом профилактики девиантного поведения.

Семья играет центральную роль в социализации подростков, и ее влияние на поведение ребенка невозможно переоценить. Согласно исследованиям В.А. Гневашевой, дисфункциональные семьи, где подростки сталкиваются с насилием, конфликтами и отсутствием поддержки, часто становятся источником девиантного поведения. В то же время семьи, где родители активно участвуют в жизни подростка, поддерживают его эмоционально и предоставляют позитивные примеры для подражания, способствуют успешной социализации и снижению риска девиаций.

Ресурсный подход в профилактике девиантного поведения предполагает работу не только с подростками, но и с их семьями. Психологи и социальные работники должны помогать родителям осознавать их роль в формировании поведения ребенка, обучать их эффективным методам воспитания и предоставлять психологическую поддержку в трудных ситуациях. В исследованиях С.А. Ермолаевой подчеркивается значимость работы с родителями в рамках профилактических программ, так как нередко девиантное поведение подростков является результатом семейных проблем.

Влияние сверстников на поведение подростков трудно переоценить. В этом возрасте подростки активно ищут признания и одобрения среди своих

сверстников, что делает их уязвимыми к воздействию негативных социальных групп. Исследования В.Д. Менделевича показывают, что подростки, находящиеся в окружении девиантных групп, с высокой вероятностью перенимают модели поведения этих групп, что приводит к усилению девиантного поведения.

Однако ресурсный подход позволяет использовать влияние сверстников в позитивных целях. Создание групп, основанных на общих интересах и позитивных ценностях, помогает подросткам найти поддержку и признание в конструктивных коллективах. Это могут быть спортивные секции, кружки по интересам, волонтерские организации, где подростки могут проявить свои таланты и найти себе позитивную социальную роль.

Одним из ключевых факторов, влияющих на поведение подростков, является их способность справляться со стрессом и эмоциональными трудностями. Как показывают исследования А.Е. Личко и Т.А. Донских, подростки с низким уровнем стрессоустойчивости и неразвитыми навыками эмоциональной регуляции чаще всего прибегают к девиантным формам поведения как способу избежать стресса или эмоциональной боли.

Профилактические программы должны включать обучение подростков методам саморегуляции и управления стрессом. Это могут быть психологические тренинги, направленные на развитие навыков медитации, аутотренинга и позитивного мышления. Важно также развивать у подростков навыки коммуникации и решение конфликтов, что позволит им более конструктивно взаимодействовать с окружающими и снижать уровень напряженности в отношениях.

Ресурсный подход к профилактике девиантного поведения подростков требует комплексного и междисциплинарного подхода, который включает работу как с самим подростком, так и с его окружением. Важную роль играют не только педагоги и психологи, но и социальные службы, которые должны быть интегрированы в систему профилактики. Как отмечают С.А. Ермолаева и Н.А. Морева, совместные усилия школы, семьи и социальных

служб позволяют создать систему профилактики, которая действует на разных уровнях и обеспечивает поддержку подросткам в критические моменты их жизни.

Комплексные профилактические программы должны быть направлены на развитие у подростков не только личностных качеств, но и социальных навыков, таких как ответственность, умение строить отношения и справляться с трудностями. Важно, чтобы эти программы носили долгосрочный характер и были доступны каждому подростку, особенно в неблагоприятных социальных условиях.

Для создания модели условий профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода, можно выделить основные элементы и факторы, влияющие на успешную профилактику.

Ниже представлена модель, включающая три ключевых компонента:

- внутренние ресурсы подростка;
- внешние ресурсы (семья, школа, социальное окружение);
- методы профилактики, основанные на взаимодействии всех этих элементов.

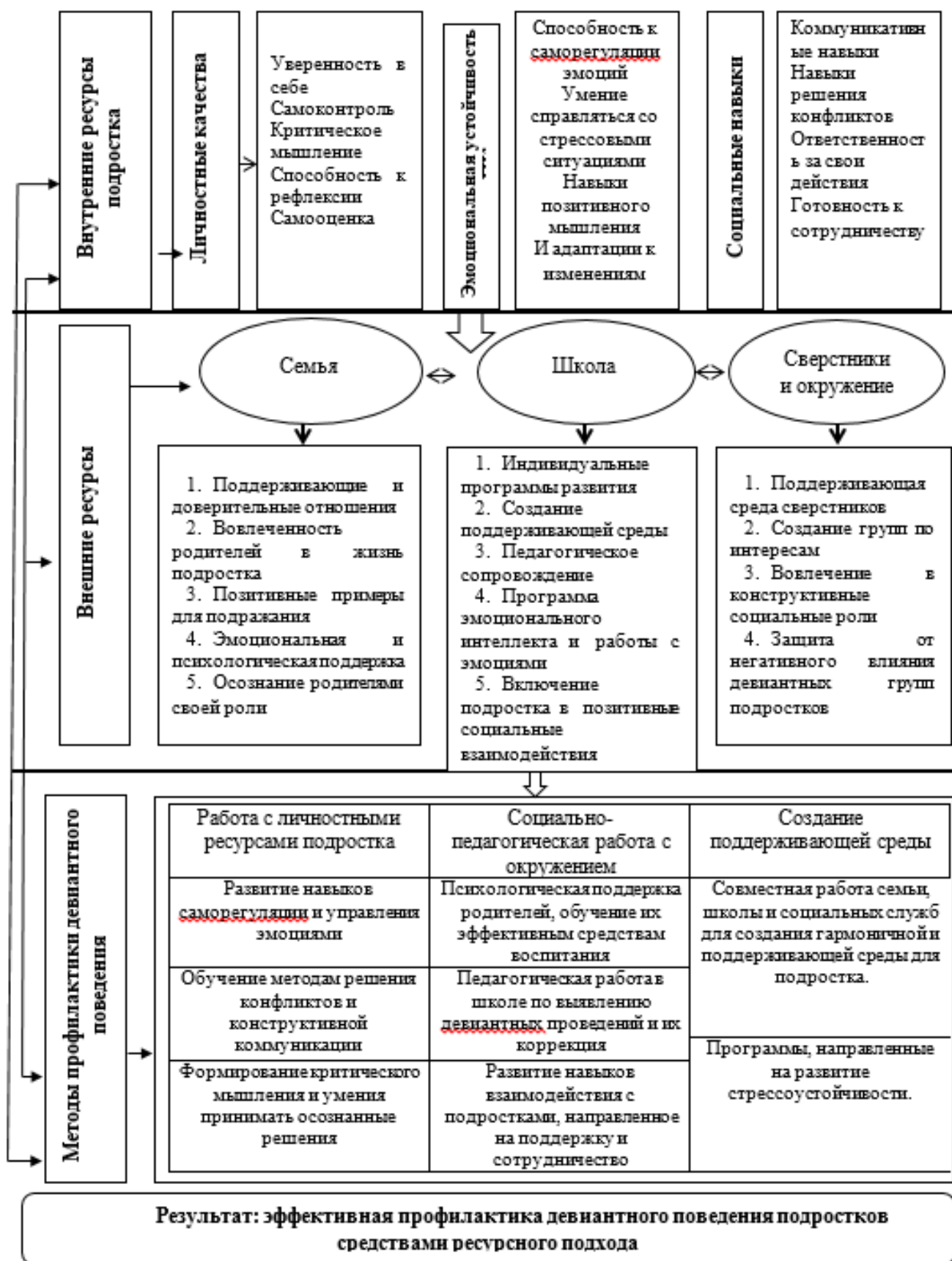


Рисунок 2. Модель условий профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода

Данная модель помогает систематизировать условия, необходимые для успешной профилактики девиантного поведения подростков на основе ресурсного подхода, который фокусируется на развитии внутренних и внешних ресурсов подростков, а также комплексной работе с социальным окружением.

Итоговый результат предполагает:

1. Формирование устойчивой личности

Подросток с развитыми внутренними ресурсами, который умеет контролировать свои эмоции, справляться с трудностями и взаимодействовать с окружением.

2. Социальная адаптация

Подросток, успешно интегрированный в социум, способный принимать социально приемлемые решения и участвовать в позитивных социальных ролях.

3. Снижение уровня девиантного поведения

Снижение числа подростков с отклоняющимся поведением за счет вовлечения их в конструктивную деятельность и развития позитивных ресурсов.

Таким образом, ресурсный подход в профилактике девиантного поведения подростков представляет собой эффективную стратегию, основанную на развитии внутренних и внешних ресурсов подростков. Этот подход позволяет не только предотвращать возникновение девиантного поведения, но и способствует развитию полноценной, социально адаптированной личности.

Работы ведущих специалистов, таких как В.Д. Менделевич, Ю.А. Клейберг, А.В. Нефедова и другие, подчеркивают важность интеграции всех социальных институтов в процесс профилактики, что позволяет создавать поддерживающую среду для подростков и минимизировать влияние негативных факторов на их поведение.

Выводы по первой главе

В первой главе были рассмотрены ключевые аспекты понятия девиантного поведения и особенности его проявления у подростков. Девиантное поведение представляет собой сложное социально-психологическое явление, которое выражается в отклонении от норм, принятых в обществе, и проявляется чаще всего в подростковом возрасте. Период подростков является критическим этапом в формировании личности, когда происходит активное усвоение ценностей, норм и правил, а также развиваются модели поведения, которые могут стать как конструктивными, так и девиантными.

Проведённый анализ условий профилактики девиантного поведения средствами ресурсного подхода показал, что наиболее эффективным методом является работа, ориентированная на выявление и развитие позитивных качеств подростка. В рамках ресурсного подхода основной акцент делается на внутренних и внешних ресурсах личности, таких как самоконтроль, критическое мышление, эмоциональная устойчивость, а также поддерживающая среда, включающая семью, школу и социальное окружение.

Ресурсный подход предполагает комплексную профилактику, в которой важную роль играют все социальные институты, окружающие подростка. Семья является ключевым элементом, формирующим поведенческие модели подростка, а школа и социальное окружение дополняют этот процесс, обеспечивая подросткам условия для личностного и социального развития. Важными факторами являются обучение подростков навыкам саморегуляции и стрессоустойчивости, а также формирование у них позитивных ценностных ориентаций и жизненных установок.

Таким образом, профилактика девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода является комплексной и многоуровневой задачей, которая включает работу как с личностными, так и с внешними

ресурсами подростков. Эффективное взаимодействие между семьей, школой и социальными службами позволяет создавать поддерживающую среду, которая способствует формированию социально адаптированной личности подростка и снижению вероятности возникновения девиантного поведения.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ РЕСУРСНОГО ПОДХОДА

2.1 Организация и методы исследования, анализ первичной диагностики склонности подростков к девиантному поведению

Экспериментальное исследование проходило на базе МАОУ СОШ № 4 Свердловская область, г. Верхняя Пышма, участие принимали обучающиеся 9 классов, в количестве 40 человек. 9 «А» – 20 человек, 9 «Б» – 20 человек.

Цель исследования – разработка и апробация программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

Методический инструментарий:

1. Методика склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел. Эта методика направлена на выявление предрасположенности подростков к различным формам девиантного поведения, включая нарушение социальных норм, агрессию и аддиктивное поведение. Тест подходит для подростков от 14 лет, и включает мужской и женский варианты.

2. Тест склонности к девиантному поведению (СДП), разработанный Э.В. Леусом и А.Г. Соловьевым. Этот тест оценивает склонности подростков к девиантному поведению на основании 75 вопросов. Он фокусируется на выявлении предрасположенности подростков к антисоциальному поведению и подходит для подростков от 12 до 18 лет.

3. Диагностический опросник для выявления склонности к различным формам девиантного поведения (ДАП-II), разработанный кафедрой психиатрии ВМедА. Этот опросник направлен на диагностику склонности подростков к девиантному поведению, и может использоваться для школьников в возрасте 14-17 лет. В тесте 48 вопросов, что позволяет получить достаточно быстрые результаты для анализа.

Первым направлением констатирующего этапа исследования нами были изучены склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел.

В таблице 1-3 и на рисунке 3 показаны результаты выявления предрасположенности подростков к различным формам девиантного поведения.

Таблица 1

Результаты исследования склонности к отклоняющемуся поведению (СОП)
А.Н. Орел.

Шкала	Кол-во испытуемых (чел)	%	Средний балл
Склонности к преодолению норм и правил	14	35%	5.5
Склонности к аддиктивному поведению	12	30%	7.0
Склонности к самоповреждающему поведению	6	15%	3.0
Склонности к агрессии и насилию	10	25%	8.0
Волевой контроль эмоциональных реакций	16	40%	9.0
Склонности к делинквентному поведению	8	20%	6.0

Таким образом, нами были получены следующие результаты при анализе распределения испытуемых по различным шкалам. Из выборки в 40 человек 16 испытуемых (40%) демонстрируют низкий волевой контроль эмоциональной сферы, что свидетельствует о слабости в управлении своими эмоциями и реакциями. Это оценивается как негативная черта, так как отражает несформированность навыков самоконтроля, а высокий средний балл в 9.0 подтверждает наличие этих тенденций.

Склонности к преодолению норм и правил проявились у 14 испытуемых (35%) и имеют средний балл 5.5. Этот относительно высокий процент указывает на наличие у участников наклонностей к нарушению установленных норм и правил, что может требовать внимания в рамках предотвращения антисоциального поведения.

Аддиктивное поведение выявлено у 12 испытуемых (30%) со средним баллом 7.0, что свидетельствует о значительном уровне зависимости от различных форм аддикции. Это может указывать на потенциальные проблемы, связанные с зависимостями, и необходимость проведения профилактических мер.

Склонность к агрессии и насилию присутствует у 10 испытуемых (25%), что подтверждается средним баллом 8.0. Это относительно высокая выраженность агрессивных наклонностей требует внимания и возможной корректирующей работы, направленной на управление агрессией.

Самым низким оказался процент склонных к самоповреждающему поведению – лишь 6 человек (15%) с самым низким средним баллом 3.0. Подобная слабая выраженность может быть положительной характеристикой для группы, так как она свидетельствует о меньшей склонности к более серьёзным психологическим трудностям.

Склонности к делинквентному поведению были выявлены у 8 испытуемых (20%), со средним баллом 6.0, что говорит об умеренной выраженности данной характеристики.

В обобщении, результаты свидетельствуют о положительной склонности к волевому контролю, однако также выявляют значительное число участников с выраженными неадаптивными наклонностями, такими как преодоление норм и правил, аддиктивное поведение и агрессия. Это подчеркивает необходимость дополнительных и целевых вмешательств для предотвращения потенциальных проблем в поведении.

Далее рассмотрим полученные результаты двух выборок, 9 «А» и 9 «Б» классов, для выявления идентичности выбранных групп.

Таблица 2

Результаты исследования склонности к отклоняющемуся поведению (СОП)
А.Н. Орел. В 9 «А» 9 «Б» классах

Шкала	9 «А»			9 «Б»		
	Кол-во	%	Сред. балл	Кол-во	%	Сред. балл
Склонности к преодолению норм и правил	8	40%	5.7	6	30%	5.3
Склонности к аддиктивному поведению	5	25%	6.8	7	35%	7.2
Склонности к самоповреждающему поведению	2	10%	2.8	4	20%	3.2
Склонности к агрессии и насилию	6	30%	8.2	4	20%	7.8
Волевой контроль эмоциональных реакций	9	45%	9.1	7	35%	8.9
Склонности к делинквентному поведению	3	15%	5.9	5	25%	6.1

По результатам исследования обучающихся 9 «а» и 9 «Б» классов, мы проанализировали каждую шкалу и сделали следующие выводы:

Склонности к преодолению норм и правил: в 9 «А» 8 учеников (40%) проявили склонность к преодолению норм и правил со средним баллом 5.7. Это говорит о значительной части класса, проявляющей наклонности к антисоциальным действиям. В 9 «Б» таких учеников меньше – 6 человек (30%) и средний балл ниже (5.3), что может свидетельствовать о более сдержанной склонности к нарушению норм.

Склонности к аддиктивному поведению: в 9 «А» 5 учеников (25%) демонстрируют склонность к аддиктивному поведению со средним баллом 6.8. Это умеренный показатель в сравнении с другими характеристиками. В 9 «Б» этот показатель выше – 7 учеников (35%) со средним баллом 7.2, что указывает на более выраженную предрасположенность к зависимостям.

Склонности к самоповреждающему поведению: в 9 «А» только 2 человека (10%) с низким средним баллом 2.8. Это относительно низкая склонность, что позитивно характеризует класс. В 9 «Б» наблюдается удвоение числа учеников с такой склонностью – 4 человека (20%) при

среднем балле 3.2, что требует внимания для предотвращения возможных негативных последствий.

Склонности к агрессии и насилию: в 9 «А» 6 учеников (30%) со средним высоким баллом 8.2 проявляют склонности к агрессии, что указывает на значительное присутствие подобных наклонностей, требующих корректирующего внимания. В 9 «Б» этих учеников меньше – 4 человека (20%), и средний балл чуть ниже (7.8), что свидетельствует о менее выраженных агрессивных чертах в классе.

Волевой контроль эмоциональных реакций: в 9 «А» 9 учеников (45%) имеют показатели, указывающие на слабость волевого контроля эмоциональной сферы, со средним баллом 9.1, что свидетельствует о нежелании или неспособности контролировать поведенческие проявления. В 9 «Б» таких учеников чуть меньше – 7 человек (35%) со средним баллом 8.9, что также указывает на такие же тенденции, но менее выраженные, чем в 9 «А».

Склонности к делинквентному поведению: в 9 «А» 3 ученика (15%) со средним баллом 5.9 проявляют эту склонность, что относительно умеренный показатель. В 9 «Б» этот показатель выше – 5 учеников (25%) со средним баллом 6.1, что указывает на более выраженную склонность к делинквентному поведению и может потребовать дополнительных вмешательств.

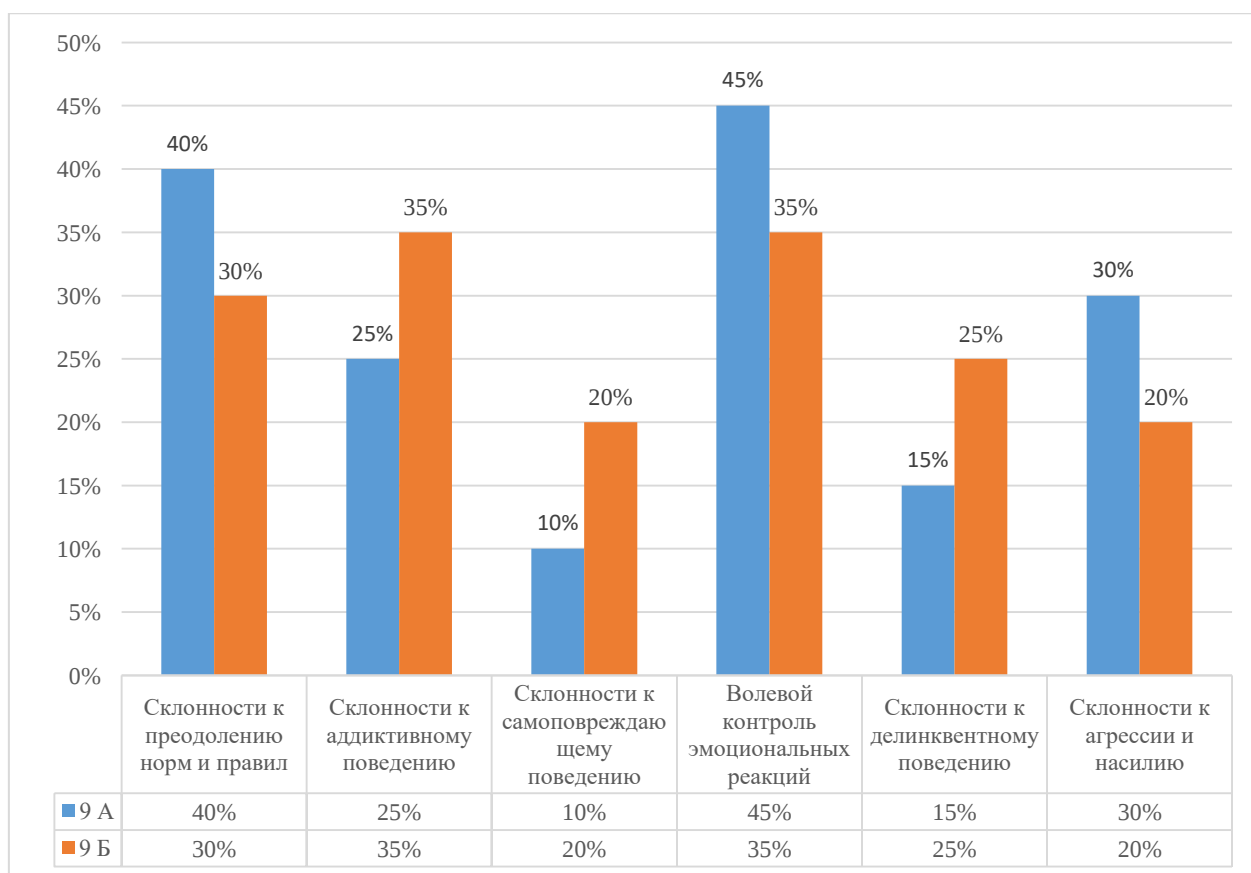


Рисунок 3. Результаты исследования склонности к отклоняющемуся поведению (СОП)

Для изучения выбранных групп, нами был выбран U-критерия Манна-Уитни

Таблица 3

Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	8	11	6	7.5
2	5	5.5	7	9.5
3	2	1	4	3.5
4	6	7.5	4	3.5
5	9	12	7	9.5
6	3	2	5	5.5
Суммы:		39		39

Результат: $U_{Эмп} = 18$



Рисунок 4. Ось значимости

Полученное эмпирическое значение $U_{\text{эмп}}$ (18) находится в зоне незначимости, что говорит об идентичности обеих групп испытуемых.

Далее, был проведен тест склонности к девиантному поведению (СДП), разработанный Э.В. Леусом и А.Г. Соловьевым.

Этот тест оценивает склонности подростков к девиантному поведению на основании 75 вопросов. Он фокусируется на выявлении предрасположенности подростков к антисоциальному поведению и подходит для подростков от 12 до 18 лет.

Рассмотрим более детально результаты в таблицах 4-5 на рисунке 4.

Таблица 4

Результаты исследования склонности к девиантному поведению (СДП) Э.В. Леус, А.Г. Соловьев

Шкала	Отсутствие признаков (0-10 баллов)	Легкая степень (11-20 баллов)	Высокая степень (21-30 баллов)
Социально обусловленное поведение (СОП)	14 чел. (35%)	20 чел. (50%)	6 чел. (15%)
Делинквентное поведение (ДП)	30 чел. (75%)	10 чел. (25%)	0 чел. (0%)
Аддиктивное поведение (ЗП)	28 чел. (70%)	12 чел. (30%)	0 чел. (0%)
Агрессивное поведение (АП)	26 чел. (65%)	14 чел. (35%)	0 чел. (0%)
Суицидальное поведение (СП)	22 чел. (55%)	16 чел. (40%)	2 чел. (5%)

Рассмотрим полученные результаты по каждой шкале методики:

Социально обусловленное поведение (СОП): в группе исследуемых подростков 35% (14 человек) не проявляют признаки ориентации на

социально обусловленное поведение, предпочитая индивидуальные способы самовыражения. В то же время 50% (20 человек) демонстрируют легкую степень склонности к социально обусловленному поведению, что указывает на их подверженность типичным подростковым реакциям группирования. Оставшиеся 15% (6 человек) показывают сформированную модель социально обусловленного поведения, свидетельствующую о высокой степени зависимости от влияния социальной группы.

Делинквентное поведение (ДП): у большинства, а именно 75% (30 человек), не обнаруживается признаков вовлеченности в делинквентное поведение, что говорит о положительных тенденциях в поведении этой группы. У 25% (10 человек) выявлена ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению, что может быть индикатором их возможной вовлеченности в неблагоприятные ситуации. Однако никто из опрошенных не демонстрирует сформированную модель делинквентного поведения.

Аддиктивное поведение (ЗП): в выборе 70% (28 подростков) отсутствуют признаки зависимого поведения, и это благоприятный показатель для группы. Между тем, 30% (12 человек) проявляют ситуативную предрасположенность к зависимостям, что указывает на возможные риски, связанные с развитием аддиктивного поведения в будущем. Ни у одного из респондентов нет признаков высокой степени аддикции.

Агрессивное поведение (АП): отсутствие агрессивных наклонностей отмечено у 65% (26 человек), что говорит о спокойном и контролируемом поведении большинства подростков. У 35% (14 человек) выявлена легкая степень агрессивного поведения, что предполагает потенциал для развития агрессии в определенных ситуациях. При этом высокая степень агрессии не обнаружена ни у одного из испытуемых.

Суицидальное поведение (СП): по показателю суицидального поведения 55% (22 человека) не демонстрируют признаков аутоагрессии, что является позитивным результатом для этой возрастной группы. Однако 40%

(16 человек) имеют ситуативную предрасположенность к аутоагрессивному поведению, что указывает на необходимость повышенного внимания и поддерживающих мероприятий. В то же время у 5% (2 человека) выявлена высокая степень склонности к аутоагрессивным тенденциям, что требует немедленного вмешательства и индивидуального подхода.

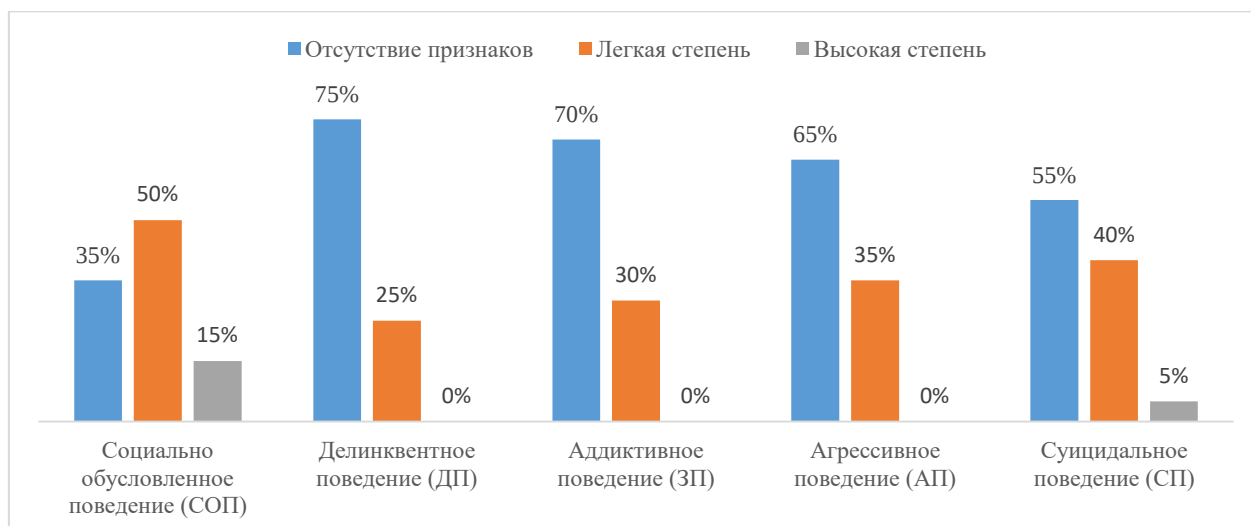


Рисунок 5. Результаты исследования склонности к девиантному поведению (СДП) Э.В. Леус, А.Г. Соловьев

Результаты исследования показывают, что большинство подростков из этой выборки ведут себя в рамках социально приемлемых норм, однако в поведении отдельных учащихся обнаружены признаки, которые могут указывать на потенциальные риски, связанные с социальным взаимодействием и внутренними конфликтами.

Далее рассмотрим полученные результаты двух выборок, 9 «А» и 9 «Б» классов, для выявления идентичности выбранных групп.

Таблица 5
Результаты исследования склонности к девиантному поведению (СДП) Э.В. Леус, А.Г. Соловьев

Шкала	9 «А»	9 «Б»
Социально обусловленное поведение (СОП)	Отсутствие: 5 чел. (25%)	Отсутствие: 9 чел. (45%)
	Легкая степень: 12 чел. (60%)	Легкая степень: 8 чел. (40%)
	Высокая степень: 3 чел. (15%)	Высокая степень: 3 чел. (15%)
Делинквентное поведение (ДП)	Отсутствие: 13 чел. (65%)	Отсутствие: 17 чел. (85%)

	Легкая степень: 7 чел. (35%)	Легкая степень: 3 чел. (15%)
	Высокая степень: 0 чел. (0%)	Высокая степень: 0 чел. (0%)
Аддиктивное поведение (ЗП)	Отсутствие: 12 чел. (60%)	Отсутствие: 16 чел. (80%)
	Легкая степень: 8 чел. (40%)	Легкая степень: 4 чел. (20%)
	Высокая степень: 0 чел. (0%)	Высокая степень: 0 чел. (0%)
Агрессивное поведение (АП)	Отсутствие: 11 чел. (55%)	Отсутствие: 15 чел. (75%)
	Легкая степень: 9 чел. (45%)	Легкая степень: 5 чел. (25%)
	Высокая степень: 0 чел. (0%)	Высокая степень: 0 чел. (0%)
Суицидальное поведение (СП)	Отсутствие: 9 чел. (45%)	Отсутствие: 13 чел. (65%)
	Легкая степень: 10 чел. (50%)	Легкая степень: 6 чел. (30%)
	Высокая степень: 1 чел. (5%)	Высокая степень: 1 чел. (5%)

По результатам исследования обучающихся 9 «А» и 9 «Б» классов, мы проанализировали каждую шкалу и сделали следующие выводы: в 9 «А» 25% учащихся не проявляют социально обусловленное поведение, 60% имеют легкую степень, а 15% – высокую степень. В 9 «Б» 45% учащихся не проявляют признаков, 40% находятся на легкой степени, и 15% на высокой степени. Что касается делинквентного поведения, 65% учащихся класса 9 «А» не проявляют признаков, тогда как в 9 «Б» таковых 85%. На легкую степень приходится 35% учащихся 9 «А» и 15% в 9 «Б».

По аддиктивному поведению в 9 «А» 60% учащихся не проявляют признаков, а 40% имеют легкую степень, тогда как в 9 «Б» 80% не имеют признаков и 20% находятся на легкой степени.

Агрессивное поведение характеризуется отсутствием признаков у 55% учащихся в 9 «А» и 75% в 9 «Б», на легкую степень приходится 45% в 9 «А» и 25% в 9 «Б». Что касается суицидального поведения, 45% учащихся 9 «А» не проявляют признаков, 50% имеют легкую степень, а 5% – высокую степень; в 9 «Б» результаты составляют 65%, 30% и 5% соответственно.

Проведенный анализ выявил, что классы показали определенные различия в уровнях склонности к различным формам девиантного поведения. В общем, учащиеся 9 «Б» демонстрируют большую устойчивость к этим наклонностям по большинству анализируемых аспектов. В то время как в классе 9 «А» больше учащихся демонстрируют социально обусловленное и аддиктивное поведение на легкой степени, что может свидетельствовать о наличии социальных или эмоциональных проблем. По делинквентному поведению значительно меньше учащихся в 9 «Б» имеют предрасположенность. Агрессивное поведение менее распространено в 9 «Б». Однако для обоих классов наличествует проблема суицидального поведения у одного учащегося с высокой степенью.

Для объективности полученных данных, нами был применен U-критерия Манна-Уитни, результаты представлены в таблице 6 и на рисунке 5.

Таблица 6

Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	14	1	22	2
2	23	3	29	4
3	33	7	34	8.5
4	32	5.5	40	16.5
5	35	10.5	37	13
6	44	21	32	5.5
7	35	10.5	34	8.5
8	40	16.5	38	14
9	36	12	40	16.5
10	47	22	48	23
11	52	24.5	57	28
12	59	29.5	42	20
13	52	24.5	40	16.5

14	68	34	53	26.5
15	69	35	53	26.5
16	72	36	60	31
17	67	33	41	19
18	90	38	59	29.5
19	96	39	64	32
20	98	40	73	37
Суммы:		442.5		377.5

Результат: $U_{Эмп} = 167.5$



Рисунок 6. Ось значимости

Таким образом, данные группы идентичны по результатам исследования склонности к девиантному поведению.

Заключительным этапом констатирующего эксперимента рассмотрим результаты выявления склонности к различным формам девиантного поведения (ДАП-П), разработанный кафедрой психиатрии ВМедА.

Полученные результаты представим в таблицах 7-9 и на рисунке 6-7.

Таблица 7

Выраженность склонности к различным формам девиантного поведения
(ДАП-П)

Шкала	Стены 1-2: Склонность к девиантному поведению	Стены 3-8: Значительная предрасположенность	Стены 9-10: Низкая склонность к девиантному поведению
Аддиктивное поведение	3 ученика (7.5%)	20 учеников (50%)	17 учеников (42.5%)
Делинквентное поведение	2 ученика (5%)	18 учеников (45%)	20 учеников (50%)
Суицидальный риск	2 ученика (5%)	15 учеников (37.5%)	23 учеников (57.5%)

Интегральная оценка	3 ученика (7.5%)	17 учеников (42.5%)	20 учеников (50%)
---------------------	------------------	---------------------	-------------------

Таким образом, мы можем сделать следующие выводы: аддиктивное поведение показывает, что 7.5% (3 ученика) демонстрируют начальную склонность. Половина опрошенных, или 50% (20 учеников), обладают значительной предрасположенностью, находясь в зоне высокого риска аддиктивного поведения. Положительно, что 42.5% (17 учеников) имеют низкую склонность, что предполагает относительное отсутствие риска.

Делинквентное поведение представлено у 5% учеников (2 ученика) в категории начальной склонности, а 45% (18 учеников) выявляют значительную предрасположенность. Половина учеников, или 50% (20 учеников), имеют низкую склонность, что может свидетельствовать о благополучной социальной адаптации.

Суицидальный риск демонстрирует, что 5% (2 ученика) проявляют начальную склонность, а 37.5% (15 учеников) находятся в зоне значительной предрасположенности, что требует пристального внимания. По большей части, 57.5% (23 ученика) демонстрируют низкую склонность к суицидальному риску, что оставляет большую часть учеников в более безопасной зоне.

Интегральная оценка девиантного поведения показывает, что 7.5% (3 ученика) имеют начальную склонность, а 42.5% (17 учеников) обладают значительной предрасположенностью. При этом 50% (20 учеников) имеют низкую склонность.

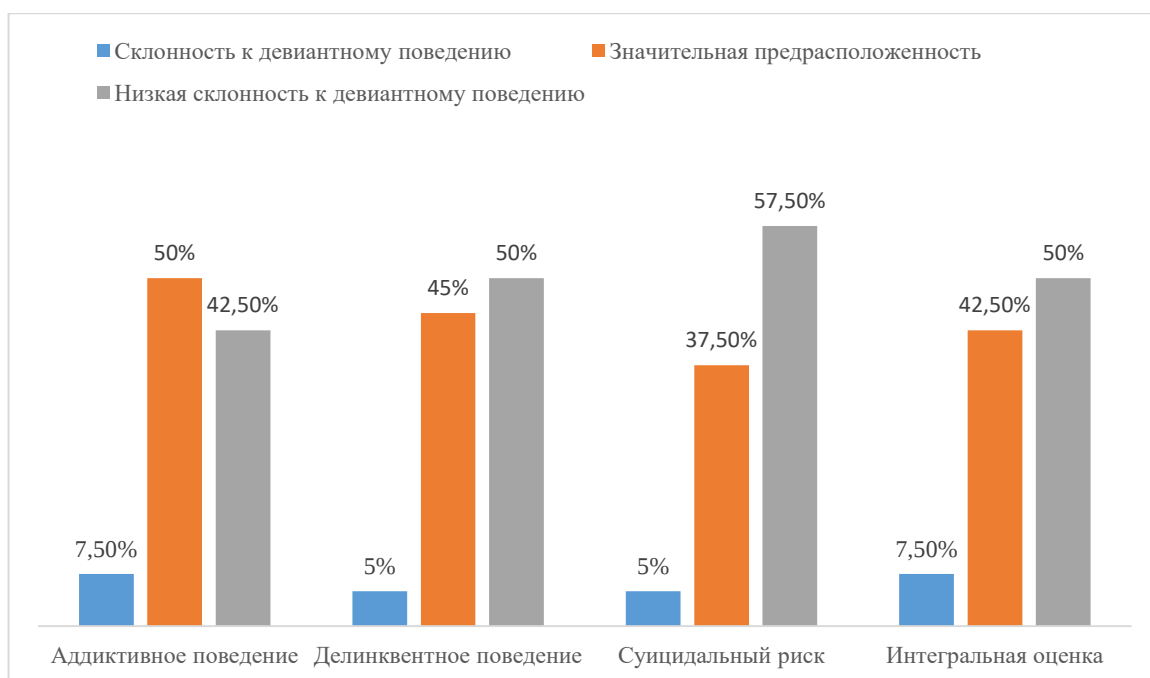


Рисунок 7. Выраженность склонности к различным формам девиантного поведения (ДАП-П)

Далее детально рассмотрим полученные результаты двух выборок, 9 «А» и 9 «Б» классов

Таблица 8

Выраженность склонности к различным формам девиантного поведения (ДАП-П) 9 «А» класс

Шкала	Склонность (1-2)	Значительная предрасположенность (3-8)	Низкая склонность (9-10)
Аддиктивное поведение	1 ученик (5%)	12 учеников (60%)	7 учеников (35%)
Делинквентное поведение	1 ученик (5%)	10 учеников (50%)	9 учеников (45%)
Суицидальный риск	2 ученика (10%)	5 учеников (25%)	13 учеников (65%)
Интегральная оценка	2 ученика (10%)	10 учеников (50%)	8 учеников (40%)

Таблица 8

Выраженность склонности к различным формам девиантного поведения (ДАП-П) 9 «Б» класс

Шкала	Склонность (1-2)	Значительная предрасположенность (3-8)	Низкая склонность (9-10)
Аддиктивное поведение	2 ученика (10%)	8 учеников (40%)	10 учеников (50%)

Делинквентное поведение	1 ученик (5%)	8 учеников (40%)	11 учеников (55%)
Суицидальный риск	0 учеников (0%)	10 учеников (50%)	10 учеников (50%)
Интегральная оценка	1 ученик (5%)	7 учеников (35%)	12 учеников (60%)

Таким образом, нами было выявлено, что в 9 «А» классе, в шкале аддиктивного поведения, большая часть учеников (60%) попадает в категорию значительной предрасположенности, в то время как 35% демонстрируют низкую склонность. Это указывает на умеренные риски развития аддиктивного поведения, требующие профилактических мер. В делинквентном поведении 9 «А» класса схожая картина: значительная предрасположенность характерна для 50% учащихся, а еще 45% демонстрируют низкую склонность, что также свидетельствует о необходимости регулярного мониторинга и интервенций. Когда речь идет о суицидальном риске, 65% учеников 9 «А» показывают низкую склонность, сигнализируя о сравнительно благоприятной психоэмоциональной ситуации в классе, но с 25% учащихся все еще в категории значительной предрасположенности, что требует поднятия уровня психологической поддержки. Интегральная оценка демонстрирует, что половина учеников 9 «А» находятся в зоне значительной предрасположенности, а 40% – в низкой склонности, что подчеркивает общий смешанный характер риска девиантного поведения в этом классе.

Анализ данных для 9 «Б» класса показывает несколько иное распределение. В шкале аддиктивного поведения 9 «Б» класса половина учеников (50%) демонстрируют низкую склонность, что несколько лучше, чем в 9А, но с значительной предрасположенностью у 40% учащихся, что все еще вызывает беспокойство. В делинквентном поведении 55% учащихся 9 «Б» класса имеют низкую склонность, что лучше по сравнению с 9 «А» классом, и только 5% в группе склонности, показывая более безопасную общую картину по этой шкале. Суицидальный риск в 9 «Б» классе

распределяется равномерно между значительной предрасположенностью и низкой склонностью (по 50% в каждой категории), что требует внимания и создания условий для снижения потенциальных рисков. В интегральной оценке 60% учеников 9 «Б» класса находятся в категории низкой склонности, что обнадеживает и предполагает успешность текущих профилактических мер.

Результаты исследования двух выборок по U-критерию Манна-Уитни представлены в таблице 9.

Таблица 9

Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	187	40	180	39
2	154	37	175	38
3	114	33.5	122	36
4	110	31	118	35
5	106	29	114	33.5
6	102	27	111	32
7	98	25	108	30
8	94	23	103	28
9	90	21	100	26
10	87	19	96	24
11	83	17	91	22
12	80	15	88	20
13	77	13.5	84	18
14	73	11.5	81	16
15	70	10	77	13.5
16	67	8	73	11.5
17	63	5.5	69	9
18	60	3.5	66	7
19	58	2	63	5.5

20	55	1	60	3.5
Суммы:		372.5		447.5

Результат: $U_{Эмп} = 162.5$



Рисунок 8. Ось значимости

Таким образом, данные группы идентичны по результатам исследования склонности к различным формам девиантного поведения.

Общий анализ полученных данных учащихся 9 «А» и 9 «Б» классов позволяет выделить важные аспекты в области профилактики девиантного поведения. В обоих классах существует доля учеников, находящихся в зоне значительной предрасположенности по различным шкалам, таким как аддиктивное поведение и суицидальный риск, что подчеркивает необходимость целенаправленного вмешательства.

Исходя из выявленных данных, становится очевидной необходимость разработки и внедрения программ профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода. Такой подход акцентирует внимание на выявлении и укреплении внутренних и внешних ресурсов подростков, их семей, а также образовательного и социального окружения.

2.2 Описание программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода

На основании теоретических основ исследования профилактики девиантного поведения у подростков, а также по результатам

диагностического обследования, направленного на выявление склонности к различным формам девиантного поведения, нами была разработана программа профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода, реализованная на базе МАОУ СОШ № 4 Свердловская область, г. Верхняя Пышма.

Для проверки, выдвинутой гипотезы, о том, что профилактика девиантного поведения подростков будет осуществляется успешно, если проводится профилактическая программа с помощью ресурсного подхода. В экспериментальную группу вошли 20 подростков 9 «А» класса.

Актуальность программы. Проблема профилактики девиантного поведения подростков, продолжает оставаться актуальной практико-ориентированной темой современных реалий общественной жизни. Теоретические основы исследования профилактики девиантного поведения подростков показали, что кризисные ситуации общественной жизни, динамизм социальных процессов, накладывают негативный отпечаток на становление подрастающей личности, в результате чего появляются подростки с отклоняющимся поведением, не соответствующим нормам общества, в частности – аддиктивными формами, делинквентными формами, суицидальным риском. Имея подобный опыт, приобретая асоциальную направленность и девиантные формы поведения в системе социальных отношений, подростку сложно выстраивать дальнейшую продуктивную самореализацию и жизнедеятельность в обществе.

Цель программы: профилактика девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

Методологическую основу программы составили теоретические труды и практические разработки О.А. Вахремеевой, Е.Г. Вдовиной, Г.И. Макарычевой, И.Т. Пантелеевой, Н.В. Шутовой.

В данной программе профилактики девиантного поведения подростков главное внимание уделено основам профилактической деятельности, учитывающим следующие принципы:

1) принцип комплексности – предупреждение девиантного поведения рассматривается в качестве звеньев единой системы процесса личностного развития;

2) принцип конструктивно-позитивного характера воздействия – важность формирования у подростков представлений о недопустимости девиантного поведения, через раскрытие интереса и важности личностной жизни;

3) принцип опоры на положительные качества подростка – важнейшим условием успешной психолого-педагогической профилактики является недопустимость категорического осуждения подростков и опора на положительные личностные качества;

4) принцип природосообразности – включает в себя учет биологических и психологических возрастных особенностей подросткового возраста, регламентирует выстраивание содержания профилактической деятельности в рамках наиболее актуальных проблем представителей подросткового возраста.

Формы подведения итогов реализации программы: оценка результатов освоения программы отражается в результатах сравнительной диагностики на диагностическом и контрольном этапах исследовательской деятельности с применением специально подобранного диагностического инструментария.

Содержание и структура программы

Раздел 1. Профилактика кризисных ситуаций у подростков с ресурсным подходом

Цель: развитие позитивного мышления и уверенности в себе у подростков, что помогает предотвращать девиантное поведение за счет обращения к своим внутренним ресурсам.

Формы реализации:

1. Тренинги по самопознанию и раскрытию личных ресурсов.
2. Интерактивные игры, способствующие осознанию своих сильных сторон.

3. Групповые обсуждения, направленные на обмен опытом и поддержание позитивного климата.

Раздел 2. Навыки конструктивного общения через ресурсный подход

Цель: развитие у подростков конструктивных коммуникативных навыков и способности разрешать конфликты посредством осознания и использования своих ресурсов.

Формы реализации:

1. Ролевые игры, акцентирующие внимание на использовании личных ресурсов в общении.
2. Обсуждения в малых группах, направленные на практику слушания и понимания.
3. Тренинги по эмоциональной грамотности и управлению эмоциями.

Раздел 3. Поддержка обучаемости подростков через развитие их ресурсов

Цель: повысить мотивацию и эффективность обучения подростков за счет использования их когнитивных и организационных ресурсов.

Формы реализации:

1. Групповые проекты и исследования, основанные на сильных сторонах участников.
2. Индивидуальные и групповые консультации по самоорганизации и планированию.
3. Практические занятия, мотивирующие интерес к учебе.

Раздел 4. Работа с подростками по формированию семейных ценностей с использованием ресурсного подхода

Цель: укрепление семейных связей и доверия посредством использования семейных ресурсов для предотвращения девиантного поведения.

Формы реализации:

1. Дискуссии на основе выявления и использования семейных ценностей.

2. Совместные мероприятия, например, квесты и мастер-классы, которые способствуют созданию семейных традиций.

3. Групповые проекты, направленные на улучшение коммуникации в семье.

Раздел 5. Ресурсный подход в работе с подростками

Цель: способствовать личностному развитию подростков посредством активного использования их ресурсов, что помогает предотвратить девиантное поведение.

Формы реализации:

1. Упражнения на самопознание и выявление личных ресурсов.
2. Дискуссии и обмен опытом по теме личного роста и развития.
3. Групповые проекты, которые помогают подросткам применять свои сильные стороны.

Тематическое планирование программы представлено в таблице 10.

Таблица 10

Тематическое планирование программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода

Раздел	Название занятия	Методы работы
Профилактика кризисных ситуаций у подростков	1. Раскрытие своих сильных сторон	Тренинг по самопознанию
	2. Позитивное мышление в трудных ситуациях	Интерактивная игра
	3. Обмен опытом и поддержка	Групповое обсуждение
Навыки конструктивного общения	1. Эффективное использование ресурсов в общении	Ролевая игра
	2. Умение слушать и понимание	Обсуждение в малых группах
	3. Управление эмоциями	Тренинг по эмоциональной грамотности
Поддержка обучаемости подростков	1. Самоорганизация и планирование	Индивидуальная и групповая консультация

	2. Активное использование когнитивных ресурсов	Групповой проект и исследование
	3. Мотивация к учебе	Практическое занятие
Работа с подростками по формированию семейных ценностей	1. Семейные ценности и традиции	Дискуссия
	2. Совместные решения проблем	Совместное мероприятие (квесты, мастер-классы)
	3. Семейное взаимодействие	Групповой проект
Ресурсный подход в работе с подростками	1. Самопознание и личностный рост	Упражнение на выявление ресурсов
	2. Культура позитивного саморазвития	Дискуссия и обмен опытом
	3. Выявление сильных сторон в практике	Групповая работа по созданию проекта

Таким образом, программа рассчитана на 6 месяцев, с сентября по февраль, и включает 15 занятий. Это означает, что в среднем в каждом месяце будет проводиться от 2 до 3 занятий.

Такое распределение количества занятий обусловлено несколькими факторами:

1. Необходимость времени для осмысления: менее частые занятия позволяют подросткам лучше осмыслить и интегрировать новые навыки и знания в свою повседневную жизнь.

2. Согласование с учебной нагрузкой: программа учитывает школьную нагрузку подростков, предоставляя достаточно времени для выполнения домашних заданий и участия в других внеклассных мероприятиях.

3. Фокус на качестве, а не на количестве: более редкие встречи позволяют глубже проработать каждый аспект программы, обеспечивая больше времени на каждое занятие и более индивидуальный подход.

4. Участие и вовлечённость родителей: такая частота встреч также позволяет родителям и воспитателям активно участвовать в процессе, следить за прогрессом подростков и поддерживать их между занятиями.

Таким образом, такое количество занятий и их распределение по месяцам обеспечивает гибкость и адаптацию программы к потребностям участников, позволяя достигнуть запланированных целей и задач.

Реализация данной программы позволит создать конструктивную среду для подростков, ориентированную на их внутренние ресурсы и поддержку со стороны родителей и сообщества. Основное внимание уделяется формированию положительных качеств, способствующих предотвращению девиантного поведения и развитию личности.

Ожидаемые результаты: снижение уровня девиантного поведения у подростков.

Занятия программы представлены в Приложении 1.

2.3 Анализ эффективности программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода

По завершению реализации программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода, в рамках контрольного этапа исследовательской деятельности, была проведена повторная диагностическая процедура с применением инструментария, направленного на выявление склонности к различным формам девиантного поведения подростков:

1. Методика склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н.
2. Тест склонности к девиантному поведению (СДП), разработанный Э.В. Леусом и А.Г. Соловьевым.

В контрольном этапе исследовательской деятельности принимали участие подростки экспериментальной группы. Остановимся на представлении результатов контрольной диагностики.

Данные, полученные с помощью диагностического инструментария представлены в таблицах 11-16.

Таблица 11

Результаты исследования склонности к отклоняющемуся поведению (СОП)
А.Н. Орел. В 9 «А»

Шкала	Констатирующий	%	Сред. балл	Контрольный	%	Сред. балл
Склонности к преодолению норм и правил	8	40%	5.7	4	20%	4.5
Склонности к аддиктивному поведению	5	25%	6.8	3	15%	5.5
Склонности к самоповреждающему поведению	2	10%	2.8	1	5%	2.0
Склонности к агрессии и насилию	6	30%	8.2	3	15%	5.0
Волевой контроль эмоциональных реакций	9	45%	9.1	3	15%	4.5
Склонности к делинквентному поведению	3	15%	5.9	1	5%	4.0

Анализ результатов исследования склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) среди учащихся 9 «А» класса показывает значительные изменения между констатирующим и контрольным этапами. Изменения по шкале «Склонности к преодолению норм и правил» продемонстрировали снижение с 40% (8 учащихся) до 20% (4 учащихся), что отражает позитивное изменение в отношении соблюдения норм и правил. Однако средний балл также уменьшился с 5.7 до 4.5, что указывает на необходимость дальнейшей работы в этой области.

Анализ показателей, касающихся склонности к аддиктивному поведению, показал уменьшение с 25% (5 учащихся) до 15% (3 учащихся). Средний балл снизился с 6.8 до 5.5, что свидетельствует о том, что работа по профилактике зависимостей продолжает оставаться актуальной, несмотря на позитивные изменения. Склонности к самоповреждающему поведению также заметно сократились: с 10% (2 учащихся) до 0%. Показатели по шкале «Склонности к агрессии и насилию» также улучшились. Количество

учащихся, демонстрирующих агрессивное поведение, снизилось с 30% (6 учащихся) до 10 % (2 учащихся), однако средний балл снизился с 8.2 до 4.0.

Отмечается положительная динамика в области волевого контроля эмоциональных реакций. Число учащихся, не способных эффективно контролировать свои эмоции, снизилось с 45% (9 учащихся) до 15 % (3 учащихся), а средний балл снизился с 9.1 до 4.5. Снижение склонности к делинквентному поведению с 15% (3 учащихся) до 5% (1 учащийся) подчеркивает эффективность проводимой работы. Средний балл также показал уменьшение с 5.9 до 4.0, что может говорить о смягчении проявлений делинквентного поведения, но также требует внимательного подхода к оставшимся случаям.

Для объективности полученных данных нами был применен Т-критерий Вилкоксона, для проверки эффективности апробированной программы, полученные результаты представлены в таблице 12, и на рисунке 8.

Таблица 12

Автоматический расчет Т- критерия Вилкоксона

N	"До"	"После"	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	20	19	-1	1	14.5
2	19	19	0	0	6.5
3	14	14	0	0	6.5
4	15	15	0	0	6.5
5	11	11	0	0	6.5
6	9	9	0	0	6.5
7	11	17	6	6	19.5
8	8	10	2	2	17.5
9	10	16	6	6	19.5
10	7	8	1	1	14.5
11	4	5	1	1	14.5

12	3	4	1	1	14.5
13	4	6	2	2	17.5
14	1	1	0	0	6.5
15	1	1	0	0	6.5
16	1	1	0	0	6.5
17	2	2	0	0	6.5
18	1	1	0	0	6.5
19	1	1	0	0	6.5
20	1	1	0	0	6.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					14.5

Результат: $T_{Эмп} = 14.5$



Рисунок 9. Ось значимости

Таким образом, мы видим существенные различия в показателях экспериментальной группы, что говорит о положительной динамике снижения склонности к отклоняющемуся поведению.

Далее мы повторно провели диагностику склонности к девиантному поведению (СДП) Э.В. Леус, А.Г. Соловьев. Результаты представили в таблице 13.

Таблица 13

Результаты исследования склонности к девиантному поведению (СДП) Э.В. Леус, А.Г. Соловьев

Шкала	Констатирующий	Контрольный
Социально обусловленное поведение (СОП)	Отсутствие: 5 чел. (25%)	Отсутствие: 15 чел. (75%)
	Легкая степень: 12 чел. (60%)	Легкая степень: 4 чел. (20%)

	Высокая степень: 3 чел. (15%)	Высокая степень: 1 чел. (5%)
Делинквентное поведение (ДП)	Отсутствие: 13 чел. (65%)	Отсутствие: 17 чел. (85%)
	Легкая степень: 7 чел. (35%)	Легкая степень: 3 чел. (15%)
	Высокая степень: 0 чел. (0%)	Высокая степень: 0 чел. (0%)
Аддиктивное поведение (ЗП)	Отсутствие: 12 чел. (60%)	Отсутствие: 18 чел. (90%)
	Легкая степень: 8 чел. (40%)	Легкая степень: 2 чел. (10%)
	Высокая степень: 0 чел. (0%)	Высокая степень: 0 чел. (0%)
Агрессивное поведение (АП)	Отсутствие: 11 чел. (55%)	Отсутствие: 16 чел. (80%)
	Легкая степень: 9 чел. (45%)	Легкая степень: 4 чел. (20%)
	Высокая степень: 0 чел. (0%)	Высокая степень: 0 чел. (0%)
Суицидальное поведение (СП)	Отсутствие: 9 чел. (45%)	Отсутствие: 18 чел. (90%)
	Легкая степень: 10 чел. (50%)	Легкая степень: 2 чел. (10%)
	Высокая степень: 1 чел. (5%)	Высокая степень: 0 чел. (0%)

По шкале социально обусловленного поведения (СОП) на контрольном этапе результаты улучшились: 75% участников показали отсутствие девиантного поведения, что на 50% выше, чем на констатирующем этапе (где этот показатель составлял 25%). При этом доля тех, кто имеет легкую степень девиантного поведения, сократилась с 60% до 20%, что свидетельствует о снижении на 40%. Уровень высокой степени остался на минимальном уровне, составив всего 5%.

По шкале делинквентного поведения (ДП) наблюдается аналогичная положительная динамика: процент участников с отсутствием делинквентного поведения увеличился до 85%, что на 20% выше, чем на констатирующем этапе (где этот показатель составлял 65%). Доля участников с легкой степенью снизилась с 35% до 15%, то есть на 20%.

Что касается аддиктивного поведения (ЗП), то на контрольном этапе 90% испытуемых не проявляют никаких признаков аддикции. Это на 30% выше по сравнению с констатирующим этапом, где данное поведение отсутствовало у 60% участников.

По шкале агрессивного поведения (АП) на контрольном этапе у 80% участников не диагностировано агрессивного поведения. Это на 25% больше, чем на констатирующем этапе, где доля испытуемых без агрессии составила 55%.

По шкале суицидального поведения (СП) заметная положительная динамика также была достигнута. 90% испытуемых на контрольном этапе не сталкиваются с суицидальными наклонностями, что на 45% выше по сравнению с констатирующим этапом, на котором 45% участников не имели подобных наклонностей.

Для объективности полученных данных нами был применен Т-критерий Вилкоксона, для проверки эффективности апробированной программы, полученные результаты представлены в таблице 14, и на рисунке 9.

Таблица 14

Автоматический расчет Т- критерия Вилкоксона

N	"До"	"После"	Сдвиг (tпосле - tдо)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	1	1	0	0	7
2	2	2	0	0	7
3	3	3	0	0	7
4	4	3	-1	1	16.5
5	5	5	0	0	7
6	5	5	0	0	7
7	5	5	0	0	7
8	5	8	3	3	20
9	9	9	0	0	7
10	10	9	-1	1	16.5
11	10	9	-1	1	16.5
12	12	12	0	0	7
13	12	13	1	1	16.5

14	14	13	-1	1	16.5
15	15	15	0	0	7
16	16	15	-1	1	16.5
17	17	17	0	0	7
18	18	18	0	0	7
19	19	19	0	0	7
20	20	20	0	0	7
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					36.5

Результат: $T_{Эмп} = 36.5$



Рисунок 10. Ось значимости

Таким образом, полученное эмпирическое значение $T_{Эмп}$ находится в зоне значимости, что говорит о существенных различиях показателей констатирующего и контрольного этапов исследования.

Анализ результатов исследования склонности к девиантному поведению среди учащихся 9 «А» класса показал значительные положительные изменения в отношении девиантного поведения. Применение Т-критерия Вилкоксона подтвердило статистическую значимость различий между констатирующим и контрольным этапами, тем самым, подкрепляя выводы о положительном эффекте проведенной программы.

Вывод по второй главе

В практической части исследования нами была проведена опытно-поисковая работа по профилактике девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

Экспериментальное исследование проходило на базе МАОУ СОШ № 4 Свердловская область, г. Верхняя Пышма, участие принимали обучающиеся 9 классов, в количестве 40 человек.

Методический инструментарий:

1. Методика склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел.

2. Тест склонности к девиантному поведению (СДП), разработанный Э.В. Леусом и А.Г. Соловьевым

3. Диагностический опросник для выявления склонности к различным формам девиантного поведения (ДАП-П), разработанный кафедрой психиатрии ВМедА.

В ходе констатирующего этапа исследования, было выявлено, что большая часть обучающихся в обоих классах не имеют предрасположенности к девиантному поведению, однако четверть обучающихся имеют риск формирования девиантного поведения, и нуждаются в систематической и комплексной работе.

На основании теоретических основ исследования профилактики девиантного поведения у подростков, а также по результатам диагностического обследования, направленного на выявление склонности к различным формам девиантного поведения, нами была разработана и реализована программа профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

Для проверки, выдвинутой гипотезы, о том, что профилактика девиантного поведения подростков будет осуществляется успешно, если проводится профилактическая программа с помощью ресурсного подхода. В экспериментальную группу вошли 20 подростков 9 «А» класса.

По завершению реализации программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода, в рамках контрольного этапа исследовательской деятельности, была проведена повторная диагностическая процедура с применением инструментария,

направленного на выявление склонности к различным формам девиантного поведения подростков. Применение Т-критерия Вилкоксона подтвердило статистическую значимость различий между констатирующим и контрольным этапами

Полученные данные свидетельствуют об эффективности реализованной программы профилактики девиантного поведения. Анализ контрольного этапа исследования показывает, что применение ресурсного подхода в программе профилактики девиантного поведения у подростков дает положительные результаты.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема девиантного поведения среди подростков является одной из наиболее актуальных в современном обществе. Понимание причин, условий и механизмов возникновения отклонений в поведении молодежи требует комплексного подхода, который учитывает, как социальные, так и индивидуальные факторы. В рамках нашего исследования мы провели всесторонний теоретический анализ понятий «девиантное поведение» и «ресурсный подход», который лег в основу разработки программы профилактики девиантного поведения среди подростков.

В ходе теоретического анализа были рассмотрены различные подходы к определению и классификации девиантного поведения. Это включало как традиционные концепции, так и современные подходы, фокусирующиеся на комплексности и многофакторности явления. Мы обратились к научным работам как отечественных, так и зарубежных авторов, что позволило глубже понять природу девиаций и факторы, способствующие их развитию. Важнейшими аспектами, выявленными в ходе анализа, стали влияние социального окружения, семейных отношений и индивидуально-психологических характеристик подростков.

Одним из ключевых выводов нашего исследования стало определение факторов, способствующих возникновению девиантного поведения. Мы выделили такие факторы, как социальное окружение, семейное воспитание, а также внутриличностные характеристики и направленности, которые, будучи проанализированы, подтвердили необходимость создания эффективных программ профилактики. Эти факторы подчеркивают важность системного подхода к проблеме, где каждый элемент влияет на общее состояние подростка.

Целью исследования стала теоретическое обоснование, разработка и апробация программы профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода. В процессе эмпирического исследования

было выявлено, что наиболее эффективной является первичная профилактика, которая фокусируется на подростках, уже демонстрирующих склонности к отклонениям, но не совершивших девиантных действий. Это подтверждает необходимость раннего выявления рисков и активных действий в этой области с целью предотвращения серьезных последствий.

Важно отметить, что результаты диагностики склонности к девиантному поведению, проведенной на первом этапе нашего исследования, продемонстрировали наличие предрасположенности к отклонениям у значительной части респондентов. Это подтверждает высокую потребность в профилактических мерах и подчеркивает актуальность нашей темы. На основании собранных данных мы разработали программу профилактики, которая включает в себя восемь основных разделов, охватывающих разные аспекты взаимодействия с подростками, их родителями и педагогами.

Программа включает в себя разделы:

1. Профилактика кризисных ситуаций у подростков.
2. Навыки конструктивного общения.
3. Поддержка обучаемости подростков.
4. Работа с подростками по формированию семейных ценностей.
5. Ресурсный подход в работе с подростками.

Апробация программы показала положительные результаты в снижении склонности к проявлениям девиантного поведения. Повторная диагностика, проведенная после завершения программы, подтвердила эффективность внедренных мероприятий и возможность их дальнейшего использования в практике.

Кроме того, применение ресурсного подхода в программе позволило создать поддерживающую среду, способствующую развитию личностных ресурсов подростков. Этот подход делает акцент на выявлении и активизации внутреннего потенциала личности, что является важным фактором в социальной адаптации и снижении рисков девиантного поведения. Для достижения устойчивых результатов важно продолжать

работу с подростками, их семьями и педагогами, а также учитывать изменения в социальном контексте и динамику развития подростковой среды.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи выполнены, гипотеза нашла свое подтверждение – профилактика девиантного поведения подростков будет осуществляться эффективно, если разработать и реализовать программу профилактики девиантного поведения подростков средствами ресурсного подхода.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Амбрумова, А. Г. Диагностика суицидального поведения / А. Г. Амбрумова, В. А. Тихоненко. – Москва, 1980. – 55 с.
2. Амбрумова, А. Г. Суицид как феномен социально-психологической дезадаптации личности / А. Г. Амбрумова, В. А. Тихоненко // Актуальные вопросы суицидологии. – Москва, 1978. – С. 6–28.
3. Анцыферова, Л. И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии / Л. И. Анцыферова. – Москва : Институт психологии РАН, 2006. – 512 с.
4. Банников, Г. С. Методические рекомендации психологам образовательных учреждений по выявлению и предупреждению суицидального поведения среди несовершеннолетних / Г. С. Банников, О. В. Вихристюк, Л. В. Миллер, Т. Ю. Сеницына. – Москва : ГБОУ ВПО МГППУ, 2013. – 40 с.
5. Барина, Е. С. Личностные ресурсы как факторы нивелирования рисков суицидального поведения обучающихся / Е. С. Барина, Н. Н. Васягина, Е. Н. Григорян // Современный учитель – взгляд в будущее : сборник научных статей международного научно-образовательного форума, Екатеринбург, 17–18 ноября 2022 года. – Екатеринбург : [б. и.], 2022. – С. 280–283. – DOI: 10.26170/ST2022t1-89. – EDN JOWCIU.
6. Беличева, С. А. Основы превентивной психологии / С. А. Беличева. – Москва : Социальное здоровье России, 1994. – 236 с.
7. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Москва : Просвещение, 1968. – 464 с.
8. Бочкарева, Г. Г. Психологическая характеристика мотивационной сферы подростков (правонарушителей) // Изучение мотивации поведения детей и подростков / под ред. Л. И. Божович и др. – Москва : Педагогика, 1972. – С. 259–350.

9. Васягина, Н. Н. Ресурсный подход к профилактике суицидального поведения обучающихся : учебно-методическое пособие / Н. Н. Васягина, Е. С. Барина, Е. Н. Григорян ; Уральский государственный педагогический университет. – Екатеринбург : УрГПУ, 2024. – 240 с. – Текст : непосредственный.

10. Васягина, Н. Н. Связь риска суицидального поведения и личностных ресурсов обучающихся / Н. Н. Васягина, Е. С. Барина, Е. Н. Григорян, Н. И. Шемпелева // Национальный психологический журнал. – 2023. – № 1 (49). – С. 114–125. – DOI: 10.11621/nprj.2023.0110. – EDN XKIHSU.

11. Винникотт, Д. В. Разговор с родителями / Д. В. Винникотт ; пер. с англ. М. Н. Почукаевой, В. В. Тимофеева. – Москва : Независимая фирма Класс, 2007. – 96 с.

12. Войкунский, А. Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета / А. Е. Войкунский // Психологический журнал. – 2004. – № 1. – С. 90-100.

13. Войцех, В. Ф. Клиническая суицидология / В. Ф. Войцех. – Москва : Миклош, 2007. – С. 60.

14. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / В. В. Давыдов. – Москва : Педагогика-Пресс, 2011. – 220 с.

15. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва : Смысл : Эксмо, 2003. – 1134 с.

16. Гадасина, Л. Я. Профилактика аддиктивного поведения школьников / Л. Я. Гадасина. – Москва : Каро, 2006. – 174 с.

17. Галич, Г. О. Профилактика девиантного поведения детей и подростков / Г. О. Галич, Е. А. Карпушкина, Н. Л. Морозова и др. // Известия ПГПУ им. В.Г. Белинского. – 2010. – № 16 (20). – С. 84-91.

18. Галич, Г. О. Экспресс-диагностика девиантного поведения детей и подростков / Г. О. Галич, Е. А. Карпушкина, Л. Н. Корчагина, Н. Л.

Морозова, Н. В. Тупарева // Известия ПГПУ им. В. Г. Белинского. – 2010. – № 16 (20). – С. 100-104.

19. Гишинский, Я. И. Социология девиантного поведения / Я. И. Гишинский, В. А. Афанасьев. – Санкт-Петербург : Питер, 1993. – 268 с.

20. Гиндикин, В. Я. Социально-психологическая характеристика различных контингентов трудных подростков. Дети с отклонениями в поведении / В. Я. Гиндикин. – Москва : Триада-Х, 1999. – 226 с.

21. Гоголева, А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А. В. Гоголева. – Воронеж : Издательство НПО «МОДЭК», 2002. – С. 65-69.

22. Григоренко, Е. А. Проблема суицидального поведения подростков / Е. А. Григоренко // Научное обозрение. Медицинские науки. – 2016. – № 5. – С. 40–45.

23. Григорьева, М. В. Формирование понятия смерти в детском возрасте и реакции детей на процесс умирания / М. В. Григорьева. – Москва : Высшее образование, 2006. – 192 с.

24. Дементьева, И. Отклоняющееся поведение несовершеннолетних как следствие семейного неблагополучия / И. Дементьева // Социальная педагогика. – 2005. – № 1. – 289 с.

25. Диагностика суицидального поведения подростков : методические рекомендации. – Санкт-Петербург : ЛОИРО, 2020. – 28 с.

26. Дюркгейм, Э. Самоубийство: Социологический этюд : пер. с фр. с сокр. / Э. Дюркгейм ; под ред. В. А. Базарова. – Москва : Мысль, 1994. – 399 с.

27. Евтихов, О. В. Практика психологического тренинга / О. В. Евтихов. – Санкт-Петербург : Издательство «Речь», 2004. – 256 с.

28. Егоров, А. Ю. Особенности личности подростков с интернет-зависимостью / А. Ю. Егоров, Н. А. Кузнецова, Е. В. Петрова // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – Вологда, 2005. – № 2. – С. 20-27.

29. Ефремов, В. С. Основы суицидологии. / В. С. Ефремов. – Санкт-Петербург : Издательство «Диалект», 2004. – 480 с.
30. Жарикова, Т. П. Психологические особенности ресурсного подхода к психолого-педагогической профилактике факторов риска аддиктивного поведения в подростковом возрасте : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Т. П. Жарикова. – Самара, 2011. – 183 с.
31. Жукова, М. В. Отклоняющееся поведение в детском возрасте: терминологическое поле исследования / М. В. Жукова // Вестник ЧГПУ. – 2012. – № 11. – С. 71-85.
32. Зайцева, Т. В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие / Т. В. Зайцева. – Санкт-Петербург : Речь ; Москва : Смысл, 2002. – 80 с.
33. Змановская, Е. В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения) : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. В. Змановская. – Москва : Издательский центр «Академия», 2003. – 288 с.
34. Зотов, М. В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция / М. В. Зотов. – Санкт-Петербург : Речь, 2006. – 144 с.
35. Калаков, С. А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков / С. А. Калаков. – Москва : Издательский центр «Академия», 2006. – 59 с.
36. Каргин, А. М. Личностные факторы суицидального поведения у пациентов кризисного стационара, совершивших суицидальные попытки / А. М. Каргин, А. Б. Холмогорова, В. Ф. Войцех // Социальная и клиническая психиатрия. – 2009. – Т. 19, № 4. – С. 15–20.
37. Карпов, А. В. Суицидальное поведение при депрессии в рамках расстройств настроения и личностных расстройств : учебное пособие для вузов / А. В. Карпов. – Москва : ГАРДАРИКИ, 2005. – 584 с.
38. Колесов, Д. В. Предупреждение вредных привычек у школьников / Д. В. Колесов. – Москва : УРАО, 2000. – 74 с.

39. Кудрявцев, И. А. Смысловая типология суицидов / И. А. Кудрявцев // Суицидология. – 2013. – № 2 (11). – С. 3–7.
40. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология (развитие ребёнка от рождения до 17 лет) : учебное пособие / И. Ю. Кулагина. – Москва : Изд-во УРАО, 2007. – 87 с.
41. Куликов, Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики : учеб. пособие / Л. В. Куликов. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 464 с.
42. Лукашук, А. В. Характеристика детских и подростковых суицидов (обзор литературы) / А. В. Лукашук, М. Д. Филиппова, О. Ю. Сомкина // Российский медико-биологический вестник имени академика И. П. Павлова. – 2016. – № 2. – С. 137–143.
43. Макшанов, И. С. Психология тренинга: теория, методология, практика / И. С. Макшанов. – Санкт-Петербург : Образование, 1997. – 238 с.
44. Малунова, Г. С. Педагогическое обеспечение организации предупреждения развития и преодоления девиантного поведения подростков / Г. С. Малунова, Н. А. Кушнарева // Вестник БурГУ. Спецвыпуск. – 2014. – С. 105–114.
45. Меннингер, К. Война с самим собой / К. Меннингер ; пер. с англ. Ю. Бондарева. – Москва : ЭКСМО-Пресс, 2000. – 477 с.
46. Методические рекомендации по профилактике суицидального поведения учащихся образовательных организаций : сборник материалов / под ред. Е. Н. Ткач. – Хабаровск : КГБОУ «Краевой центр психолого-медико-социального сопровождения», 2015. – 168 с.
47. Морев, М. В. Социально-экономические и демографические аспекты суицидального поведения : монография / М. В. Морев, А. А. Шабунова, К. А. Гулин ; под ред. В. А. Ильина. – Вологда : Ин-т социально-экономического развития территорий РАН, 2010. – 188 с.
48. Невский, И. А. Учителю о детях с отклонениями в поведении / И. А. Невский. – Москва : Просвещение, 2007. – 52 с.

49. Орлова, Л. Ю. Методическое пособие по составлению и реализации программы индивидуальной помощи и поддержки проблемных школьников / Л. Ю. Орлова; под науч. ред. профессоров С. А. Лисицина, С. В. Тарасова. – Санкт-Петербург : Издательство ЛОИРО, 2006. – 116 с.
50. Павлова, Т. С. Современные теории суицидального поведения подростков и молодежи / Т. С. Павлова, Г. С. Банников // Психологическая наука и образование. – 2013. – № 4.
51. Польская, Н. А. Аутодеструктивное поведение в подростковом и юношеском возрасте / Н. А. Польская, Н. В. Власова // Консультативная психология и психотерапия. – 2015. – Т. 23, № 4. – С. 176–190.
52. Поминой, А. Б. Ранняя профилактика девиантного поведения детей и подростков / А. Б. Поминой. – Москва : Просвещение, 2006. – 245 с.
53. Попов, Ю. В. Аддиктивное суицидальное поведение подростков / Ю. В. Попов, А. В. Бруг // Обзор психиатрии и медицинской психологии имени В. М. Бехтерева. – 2005. – № 2. – С. 24–26.
54. Практическая психология образования : учеб. пособие / под ред. И. В. Дубровиной. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 592 с.
55. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2021 № 64101). – URL: <https://irorb.ru/wp-content/uploads/2021/09/fgos-ooo-prikaz-minprosvescheniya-rossii-ot-31.05.2021--287.pdf> (дата обращения: 17.03.2024).
56. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми : учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова, Т. В. Вохмянина ; под ред. И. В. Дубровиной. – Москва : Издательский центр «Академия», 1998. – 160 с.
57. Ресурсный подход к диагностике суицидального поведения обучающихся / Н. Н. Васягина, Е. С. Баринова, Е. Н. Григорян, Н. И.

Шемпелева. – Екатеринбург : Уральский государственный педагогический университет, 2023. – 197 с. – EDN EALLPN.

58. Система функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях : методические рекомендации. – Москва : Издательство ФГБОУ ВО МГППУ, 2020. – 120 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Занятия программы профилактики девиантного поведения подростков

Тема №1: Раскрытие своих сильных сторон

Тренинг по самопознанию

Цель занятия: актуализация и укрепление самосознания учащихся. Задачи подразделяются на образовательные, развивающие и воспитательные. Образовательные задачи — это усиление понимания собственного «Я». Развивающие задачи направлены на стимуляцию мотивации к групповой и рефлексивной деятельности. Воспитательные задачи включают создание положительной атмосферы и развитие чувства сотрудничества.

Ведущий: педагог-психолог,

Материалы и оборудование: бейджи, карточки с вопросами, листы белой бумаги, фломастеры и карандаши.

Вводная часть занятия включает обозначение правил: участникам предлагается активно участвовать, высказываться от первого лица и внимательно слушать друг друга. Начальное упражнение — «Приветствие. Секрет моего имени», где каждый участник называет свое имя вместе с прилагательным, характеризующим его, и делится историей имени. Далее происходит оформление бейджей.

Основная часть занятия начинается с обсуждения самопознания, его значения и способов его осуществления.

Упражнение 1 — «5 позитивных и 5 негативных качеств», где участники делят лист бумаги на две части и записывают свои качества, после чего происходит обсуждение.

Упражнение 2 — «Дождь в джунглях» служит эмоциональной разрядкой, предлагая участникам повторять движения за ведущим.

Упражнение 3 — «Интересные вопросы», во время которого участники отвечают на креативные вопросы и ищут аналогии.

Упражнение 4 — «Герб своего Я», где участникам предлагается создать свой личный герб и обсудить его значение.

Заключительная часть занятия включает упражнение «Аплодисменты», где участники приветствуют друг друга в форме усиленных аплодисментов. В завершение проводится рефлексия, в ходе которой участники обсуждают свои впечатления и делятся мнением о новом опыте и знаниях, приобретённых в ходе занятия.

Тема №2: Позитивное мышление в трудных ситуациях

Интерактивная игра

Цель занятия: сохранение и укрепление психологического и социального здоровья учащихся, формирование основ толерантной коммуникативной культуры, овладение навыками позитивного мышления и умением применять полученные знания в трудных жизненных ситуациях.

Задачи занятия включают раскрытие учащимся психологического содержания понятий «позитивное и негативное мышление», показ значения позитивного мышления для жизни и здоровья человека, содействие осмыслению ценности позитивного мышления при возникновении трудных жизненных ситуаций, развитие креативности и овладение навыками позитивного мышления через созданный в группе алгоритм.

Материалы и оборудование: клубок толстых мягких шерстяных ниток пастельных тонов, мультимедийная презентация, мультфильм «Баран и кролень», бланки для упражнений «Мои достоинства и недостатки» и «Превращения», памятка «Приемы позитивного мышления» и музыка для релаксации.

Занятие начинается с упражнения «Комплименты в круге», цель которого — развивать умение замечать положительные качества в людях и выражать это в доброжелательной и приятной форме. Педагог-психолог приветствует участников и объясняет, что они будут говорить друг другу комплименты, передавая клубок ниток. Участники делятся приятными словами и осознают, как эти слова их связывают, создавая общую позитивную атмосферу.

Затем педагог проводит лекцию о позитивном и негативном мышлении, показывая, что позитивное мышление связано с действием, а не игнорированием проблем. Участники смотрят мультфильм «Баран и кролень» и обсуждают, как главный герой справляется с трудной ситуацией, становясь позитивнее.

Упражнение «Мои достоинства и недостатки» направлено на формирование положительного отношения к себе. Участники должны написать свои достоинства и недостатки, после чего обсуждают, что было легче написать — положительные или отрицательные качества.

Упражнение «Превращение» побуждает участников переосмыслить свои недостатки, превращая их в области для развития. Участники учатся видеть положительные стороны в своих качествах, что способствует принятию себя.

Следующим этапом является игра «Калоши счастья», где участники должны найти позитивную сторону в предложенной жизненной ситуации. Это упражнение помогает развить оптимистическое мышление и навыки эмоциональной разрядки.

После этого проводится упражнение «Мусорное ведро», где участники записывают свои негативные эмоции на бумаге, а затем избавляются от них символически, что способствует очищению эмоционального состояния.

Для релаксации участников проводится упражнение «Путешествие на облаке», которое помогает обучиться навыкам расслабления и нормализовать психо-эмоциональное состояние. Во время этого упражнения учащиеся визуализируют путешествие, расслабляясь и находя внутреннюю гармонию.

В завершение занятия проводится упражнение «Дружеский привет», где каждый участник обрисовывает свою ладонь на листе бумаги и пишет в ней пожелания от других участников. Это упражнение помогает закрепить положительные эмоции и укрепить чувство единства в группе.

Подведение итогов тренинга и рефлексия помогают участникам оценить полученный опыт и выразить свои впечатления о занятии. Психолог завершает встречу, делая каждому участнику комплимент и напутствие, и предлагает сохранить листы с пожеланиями на память, чтобы они напоминали о позитивной атмосфере занятия.

Тема №3: Обмен опытом и поддержка

Групповое обсуждение

Цели занятия: познакомить детей с целями занятий, дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека и принять правила проведения занятий.

Материалы, необходимые для занятия: тетради, ручки и небольшие листочки бумаги для записей.

Ход занятия начинается со знакомства с целями занятий. Педагог объясняет, что занятия посвящают обучению общению, что принесет как полезные знания и умения, так и хорошее настроение. Он задает вопрос, что такое общение, и дети определяют его как взаимодействие людей с целью передачи знаний, опыта и обмена мнениями. Педагог спрашивает, всегда ли общение бывает успешным и нужно ли ему учиться, подводя ребят к выводу о важности общения в жизни человека.

Следующий этап — принятие правил. Педагог представляет список примерных правил, таких как активная работа на занятии, внимательность к говорящему, доверие, недопустимость насмешек, конфиденциальность и право на свое мнение, предложив обсудить их принятие или корректировку.

Во время работы по теме обсуждается, как общение входит в жизнь каждого человека, но часто может доставлять неприятности из-за отсутствия культуры общения. Учащиеся выполняют тест на «Коэффициент моей общительности», результаты которого они сохраняют для анализа в конце года.

Тест-игра «С тобой приятно общаться» позволяет учащимся оценить общительность друг друга с помощью баллов, разносимых на листочках, результаты которых анализируются самостоятельно. Педагог напоминает, что результаты не должны огорчать, а служат стимулом для развития навыков общения.

В завершение ученики выбирают приемлемый для них стиль общения, написав на листочках, хотят ли они, чтобы с ними обращались ласково или строго, и сдают их педагогу.

Анализ занятия включает обсуждение, что понравилось, а что хотелось бы изменить, после чего проводится оценка занятия путем поднятия пальцев на счет «три». Ведущий сообщает, какой стиль общения выбрало большинство участников.

Домашнее задание заключается в подсчете баллов, полученных по тесту «С тобой приятно общаться», и записи результата в тетрадь, что станет темой для обсуждения на следующем занятии.

Тема №4: Эффективное использование ресурсов в общении

Ролевая игра

Цель занятия: Развить навыки эффективного обмена опытом и поддержки в процессе общения.

Материалы: Тетради. Ручки. Небольшие листочки бумаги для записей.

Приветствие и знакомство с целями (5-10 минут)

Педагог приветствует участников и объясняет, что занятие будет посвящено обмену опытом и поддержке, что поможет развивать навыки общения и взаимодействия в группе.

Вопрос к детям: «Что такое обмен опытом и почему важна поддержка друг друга?»

Обсуждение ответов и введение в тему занятия.

Принятие правил (10-15 минут)

Представление примерных правил для эффективного обмена опытом:

1. Внимательность к говорящему.
2. Доверие и открытость.
3. Поддержка друг друга.
4. Конфиденциальность обсуждений.
5. Право каждого на свое мнение.

Обсуждение и принятие или корректировка правил совместно с участниками.

Работа по теме (15-20 минут). Педагог объясняет, как обмен опытом и поддержка влияют на общение и личностное развитие, приводя примеры из жизни.

Ролевая игра: «Совет племени» (30-35 минут)

Цель игры: Отработать навыки обмена опытом и поддержки в группе через игровую ситуацию.

Сценарий игры: Участники представляют, что они — члены племени, собравшегося для обсуждения важных вопросов жизни общины, таких как распределение ресурсов, защита территории и обучение молодежи.

Роли:

1. Старейшина, который ведет собрание.
2. Охотник, делящийся опытом добычи пищи.
3. Защитник, предлагающий способы охраны племени.
4. Учитель, обсуждающий методы передачи знаний молодежи.
5. Знахарь, заботящийся о здоровье племени.

Ход игры:

Участники по очереди делятся своими предложениями в своей роли. Остальные члены племени оказывают поддержку и дают советы, обсуждая возможности улучшения предложений.

Обсуждение: Педагог задает вопросы:

1. Какие идеи вы почерпнули из игры?
2. Какие аспекты взаимодействия племени были наиболее успешными?
3. Каков был вклад поддержки в достижение общей цели?

Выбор стиля общения (10-15 минут)

Участникам предлагается выбрать, какой стиль общения поддерживает их лучше: формальный или неформальный. Участники пишут свой выбор на листочке и сдают педагогу.

Анализ занятия (10-15 минут)

Обсуждение впечатлений от занятия: что было полезным, что удивило. Оценка комфортности атмосферы и уровня поддержки в группе.

Домашнее задание. Подумать о том, как применить полученные навыки поддержки и обмена опытом в жизни и записать свои мысли в тетрадь.

Тема №5: Умение слушать и понимание

Обсуждение в малых группах

Цель занятия: развитие навыков активного слушания и понимания значимости способности слышать и слушать в повседневной жизни.

Материалы: тетради и бланки теста «Умеешь ли ты слушать?».

Обсуждение домашнего задания. Участники делятся своими размышлениями. Педагог поднимает тему важности слуховых и зрительных навыков по сравнению с речевыми возможностями и задает вопрос: «Почему человеку даны два уха, два глаза и только один язык? Важно ли, чтобы тебя слышали?»

Работа по теме. Педагог просит участников задуматься, что для них является самым ценным и главным в жизни. Ответы учащихся записываются на доске. Далее педагог задает вопросы для обсуждения: «Когда человеку бывает хорошо? (Когда его любят, когда он здоров, когда его понимают.) Когда человека понимают? (Когда его слушают.) Умеете ли вы слушать?».

После обсуждения проводится тест «Умеете ли вы слушать?». Каждый учащийся получает бланк с рядом вопросов, например, «Ты часто отвлекаешься, когда с кем-то разговариваешь?», «Не делаешь ли ты только вид, что слушаешь, а сам думаешь о другом?» и так далее. Педагог поясняет: «Теперь подсчитайте результаты: чем больше у вас ответов "да", тем хуже вы умеете слушать. Давайте подумаем над вопросом: "Что мешает нам слушать других?"». Ответы учащихся затем обобщаются.

После этого проводится игра «Испорченный телефон». Участники по цепочке передают друг другу пословицы, которые педагог сообщил первому участнику на ухо. Затем каждый озвучивает то, что услышал.

Следующая игра — «Пойми меня», где все участники одновременно громко произносят свое слово, а водящий пытается повторить все услышанные слова.

Анализ занятия. Педагог задает вопросы для обсуждения: «Трудно ли было оценивать себя? Что нового вы узнали о себе?». Затем предлагает

оценить занятие: «На счет "три" выкиньте нужное количество пальцев одной руки».

Домашнее задание. Педагог просит участников подумать над вопросом: «С какими людьми вам нравится общаться, что в них вам нравится?» и записать свои мысли.

Тема №6: Управление эмоциями

Тренинг по эмоциональной грамотности

Цель занятия: развитие эмоционального интеллекта и навыков управления эмоциями у подростков, склонных к импульсивному поведению и испытывающих трудности в контроле своих эмоциональных состояний.

Введение в тему. Педагог начинает с общего обсуждения значения управления эмоциями и их влияния на повседневную жизнь подростков. В ходе дискуссии участники делятся своими личными ситуациями, где эмоции были неконтролируемыми или привели к неприятным последствиям.

Упражнение «Что вызывает в нас чувства и эмоции?» Цель этого задания — понять, каким образом внешние факторы влияют на эмоциональные реакции и как эмоции отражаются в теле. Участники получают лист с изображением человеческого силуэта и отмечают на нем, какие события, люди или мысли вызывают у них чувства и где именно в теле они ощущаются. Это упражнение помогает осознать, что эмоции вызываются событиями вокруг нас, взаимодействием с людьми и собственными мыслями.

Практическое задание «На что влияют эмоции и чувства». Педагог показывает картинки и вместе с участниками исследует, как эмоции воздействуют на их восприятие событий, отношений с людьми и самооценку. В ходе обсуждения приводятся примеры из личного опыта, показывающие влияние эмоционального состояния на восприятие окружающего мира.

Упражнение «Оркестр моих чувств». Педагог предлагает участникам ранжировать свои эмоции по шкале интенсивности от 1 до 10, при этом используя карточки с изображениями различных эмоций. Это помогает выявить наиболее сильные и сложные для контроля эмоции, такие как радость, грусть, гнев и т.п., и обсудить стратегии управления ими.

Упражнение «Мои ресурсы». Каждый участник получает колоду метафорических карт, связанных с ресурсными местами и занятиями. Задача подростков — выбрать те, что вызывают чувства спокойствия, радости и

удовлетворенности. Педагог помогает идентифицировать личные ресурсы, способные помочь в сложные эмоциональные моменты.

Психотехническое упражнение «Мой любимый ресурс». Педагог проводит участников через процесс релаксации и визуализации любимого ресурсного места. Это помогает подросткам найти внутри себя точку спокойствия и уверенности, к которой можно обратиться в момент эмоционального напряжения.

Рефлексия и обсуждение. В конце занятия педагог и участники обсуждают полученные на тренинге знания и опыт, выявляют полезные моменты и строят планы по применению приобретенных навыков управления эмоциями в повседневной жизни.

Заключение тренинга концентрирует внимание на важности осознанного подхода к эмоциональному состоянию и возможности его конструктивного использования для улучшения качества жизни.

Тема №7: Самоорганизация и планирование

Индивидуальная и групповая консультация

Цель занятия — создание условий для самоорганизации и организации жизнедеятельности подростка, что способствует развитию его лидерского потенциала и обогащению индивидуального опыта.

Основные задачи включают развитие навыков самостоятельного и ответственного поведения, а также формирование навыков работы в команде.

Занятие начинается с настройки на работу: педагог предлагает участникам выполнить упражнение для оценки настроения. "Сейчас по моей команде на счет три вы выбрасываете руки определенным способом: кулаки, ладони или скрещиваете на груди руки," объясняет педагог. "Спасибо, вы помогли мне узнать ваш настрой на сегодняшнюю работу."

Кулаки означают высокую степень агрессии, руки скрещенные — нежелание работать, а открытые ладони — готовность к работе."

Переход к упражнению «Давайте говорить друг другу комплименты!» сопровождается цитатой французского писателя: «Если, одним словом, ты можешь осчастливить человека, каким же надо быть нелюдем, чтобы этого слова не сказать!» Это создает положительный эмоциональный настрой для дальнейших игр.

Игровой блок стартует с упражнения «10 хлопков»: все участники молча считают до 10 и затем одновременно хлопают в ладоши. Далее следует «Путаница»: участники встают в круг, схватываются за руки разных людей и затем пытаются распутаться, возможно, не разговаривая. Это упражнение сравнивается с человеческими отношениями, показывая, что даже запутанные ситуации могут быть решены через усилия всех участников.

Следующее упражнение — «Космос», в котором участники создают экипажи для полета на Марс, включая роли капитана, штурмана, пассажира и «зайца», проверяя, кто быстрее их организует.

Игра «Гром, ураган, землетрясение» разбивает игроков на группы по трое. Двое образуют домик, третий — житель. По командам ведется смена

ролей участников, выявляя лидеров и обучая работе в условиях изменяющихся обстоятельств.

Во втором этапе, посвященном проектной деятельности, участники учатся тому, что, помогая другим, они помогают и себе. Задание заключается в составлении матрицы времени, которая позволяет оценить успешность распределения собственного дня. После заполнения матрицы подростки оценивают, насколько плодотворно распределяют свое время, и определяют, на что они хотели бы потратить дополнительные 2-3 часа свободного времени. Обсуждаются возможности улучшения и более эффективного использования времени.

В ходе занятия педагог делится десятью советами по самоорганизации, такими как фокусировка на главных задачах, поощрение за достижения, и создание упорядоченного рабочего пространства.

Ритуал прощания завершает занятие, создавая положительное эмоциональное впечатление. Участники под музыку представляют себя композиторами и дирижерами воображаемого оркестра, испытывая гордость от созданной ими «музыки» жизни. В завершение занятия участники аплодируют воображаемому оркестру, подчеркивая, что каждый из них — дирижер своей души. Таким образом, каждое упражнение направлено на развитие необходимых для подростков навыков самоорганизации, планирования и командной работы, а также на укрепление их лидерских качеств.

Тема №8: Активное использование когнитивных ресурсов

Групповой проект и исследование

Цель заключается в активации внутренних ресурсов обучающихся и развитии их когнитивных способностей.

Задачи занятия направлены на образовательные, развивающие и воспитательные аспекты. Образовательные задачи подразумевают актуализацию знаний, обучающихся о когнитивных ресурсах, создании с помощью метафорических карт условий для обнаружения собственных возможностей.

Развивающие задачи способствуют развитию умений осуществлять рефлексивную деятельность, анализировать свои сильные стороны и формулировать свое мнение.

Воспитательные задачи создают условия для развития навыков взаимодействия в группе, содействуют самораскрытию через творческие элементы работы и способствуют приобретению навыков позитивного мышления.

Необходимые материалы: метафорические карты «Огонь, мерцающий в сосуде», ручки, бланки с незаконченными предложениями, стулья, подносы и стаканы с манной крупой по числу участников.

На организационном этапе педагог-психолог приветствует участников и вводит в тему занятия, цитируя Луизу Хей о внутренней силе в каждом из нас. Он задает вопрос о том, какие существуют когнитивные ресурсы и как их можно применять в жизни. Педагог приглашает участников поделиться своими знаниями и опытом. Для разминки проводится упражнение «Австралийский ливень», направленное на активизацию внимания и увеличение коммуникативности.

Во второй, основной части занятия, участники работают над групповым проектом, исследуя свои когнитивные ресурсы с целью создания практического продукта — индивидуального «Когнитивного путеводителя». Этот путеводитель представляет собой своеобразное руководство,

описывающее личные когнитивные ресурсы и стратегии, которые могут быть использованы для достижения целей и решения задач в различных сферах жизни.

Этапы работы над проектом:

Идентификация когнитивных ресурсов: Участники обсуждают и выявляют свои ключевые когнитивные ресурсы, такие как память, внимание, креативность, логическое мышление и другие. Для этого используются метафорические карты и упражнения, направленные на саморефлексию.

Анализ сильных сторон и стратегий использования ресурсов: Участники анализируют, как они используют свои когнитивные ресурсы в различных ситуациях. Например, как работают с информацией, решают проблемы или принимают решения.

Описание конкретных примеров: Каждому участнику предлагается описать несколько реальных ситуаций, в которых они использовали свои когнитивные ресурсы эффективно. Это может быть, как учебная, так и личная сфера.

Создание индивидуального путеводителя: На основе проведенного анализа каждый участник составляет свой «Когнитивный путеводитель», который включает:

1. Перечень собственных когнитивных ресурсов.
2. Различные стратегии и методы их использования.
3. Примеры успешного применения в жизни.

Презентация и обмен опытом: Участники презентуют свои «Когнитивные путеводители» группе, делясь опытом и полученными инсайтами. Это позволяет не только закрепить материал, но и обогатить понимание за счет коллективного опыта.

Итогом становится индивидуальный «Когнитивный путеводитель», который каждый участник может использовать как практическое руководство в своей дальнейшей учебной и повседневной деятельности. Этот путеводитель формируется на основе личного опыта и анализа, и служит

инструментом повышения осознанности и эффективности в использовании своих когнитивных ресурсов.

В заключительной части занятия проводится рефлексивное упражнение «Я желаю тебе...», в котором участники обмениваются добрыми пожеланиями, делятся впечатлениями о совместно разработанном проекте. Психолог подводит итоги, подчеркивая важность развития когнитивных ресурсов и их роли в успешной самореализации. Он завершает встречу пожеланием открыть все новые возможности и использовать полученные знания в повседневной жизни.

Тема №9: Мотивация к учебе

Практическое занятие

Цель: Развитие у подростков понимания значимости личностных особенностей и мотивации для достижения успехов в учебе.

Материалы: Бумага, карандаши.

Введение (10 минут): Приветствие участников. Краткое объяснение цели занятия: почему мотивация важна в учебе. Обсуждение: что такое мотивация и какие виды мотивации бывают.

Упражнение №1: «Лестница успеха» (15 минут)

Цель: Осознание собственного уровня мотивации и стремления к успеху.

Ход: Участникам предлагается нарисовать лестницу, обозначив на ней, где они сейчас находятся на пути к своему учебному успеху, и какие шаги могут предпринять для продвижения вверх.

Рефлексия: Легко ли было определить своё место? Какие чувства возникли?

Упражнение №2: «Сформируй позитивный образ 'Я'» (15 минут)

Цель: Развитие позитивной самооценки и уверенности в себе.

Ход: Участники размышляют и записывают свои положительные черты характера и достижения в учебе. Затем хвалят себя, произнося позитивные утверждения.

Рефлексия: Какие трудности возникли в ходе упражнения? Как вы чувствуете себя после этого?

Упражнение №3: «Планирование действий» (15 минут)

Цель: Формирование навыков целеполагания и планирования.

Ход: Участники придумывают план действий для выполнения домашнего задания. Обсуждаются первые шаги и возможные препятствия.

Рефлексия: Какие этапы стали самыми сложными для планирования? Почему?

Упражнение №4: «Позитивные мысли» (10 минут)

Цель: Подчеркивание сильных сторон и достижений.

Ход: в кругу каждый участник продолжает фразу «Я горжусь собой за то...».

Рефлексия: Насколько тяжело было говорить о своих достижениях и гордиться ими?

Упражнение №5: «Ассоциация с успехом» (15 минут)

Цель: Развитие положительного отношения к учебе.

Ход: Участники называются ассоциации со словом «успех» и обсуждают, как это соотносится с их школьной жизнью.

Рефлексия: Как ассоциации и обсуждение изменили ваше восприятие успеха?

Заключение и завершение занятия (10 минут):

Обсуждение итогов занятия: что нового узнали о себе и мотивации.

Домашнее задание: подумать о следующем шаге на «лестнице успеха» и как его можно реализовать на практике.

Итоги занятия: Участники получили практические инструменты для повышения мотивации в учебе и улучшения самооценки. Они научились лучше понимать свои сильные стороны и планировать действия для достижения успеха в учебной деятельности.

Тема №10: Семейные ценности и традиции

Дискуссия

Цель: Формирование у подростков понимания значимости семейных ценностей и традиций, развитие навыков построения взаимоотношений и личностных качеств, способствующих укреплению семьи.

Материалы: Бумага, карандаши.

Введение (10 минут):

Приветствие участников: Краткое объяснение цели занятия.

Обсуждение: Почему семейные ценности и традиции важны в нашей жизни? Какие ценности и традиции вы знаете?

Упражнение №1: «Семья – это...» (10 минут)

Цель: Осознание личных ассоциаций с понятием семьи.

Ход: Участники по очереди называют одно слово, связанное с понятием «семья».

Дискуссия: Обсуждаем, почему были названы именно эти слова. Какие из них чаще всего встречались? Как ваше окружение влияет на ваше понимание семьи?

Упражнение №2: «Дерево семейных ценностей» (20 минут)

Цель: Определение и ранжирование семейных ценностей.

Ход: Участники создают "дерево", распределяя ценности по важности.

Дискуссия: Почему одни и те же ценности занимают разные места в "деревьях" разных участников? Есть ли универсальные ценности?

Мини-лекция: «Семейные традиции» (15 минут)

Цель: Понимание роли традиций в семье.

Содержание: Обсуждаются разные типы традиций и их значимость для укрепления семейных связей.

Дискуссия: Как прошлые семейные традиции могут влиять на наше настоящее и будущее? Может ли быть, что некоторые традиции устарели или потеряли свою значимость?

Упражнение №3: «Какая будет Ваша семья?» (10 минут)

Цель: Размышление о будущем, формирование образа своей семьи.

Ход: Участники описывают, какой они видят свою будущую семью.

Дискуссия: Какие ценности вы бы хотели перенять, а какие — изменить или отбросить?

Упражнение №4: «Представление о своей будущей семье» (15 минут)

Цель: Визуализация семейного уклада будущего.

Ход: Участники закрывают глаза и представляют свою будущую семью.

Дискуссия: Кто-то хочет поделиться своим представлением? Какие элементы из вашего видения особенно важны для вас и почему?

Упражнение №5: «Три животных» (10 минут)

Цель: Исследование восприятия себя и своего окружения.

Ход: Участники выбирают три животных и описывают их.

Дискуссия: Обсудим, как самовосприятие и восприятие окружающих влияет на семейные взаимоотношения. Справляются ли наши образы с нашими ожиданиями?

Заключение и завершение занятия (10 минут):

Обсуждение итогов занятия: Что нового узнали о себе и о значении семьи и традиций? Домашнее задание: Подумать о том, какую традицию вы хотели бы завести в своей будущей семье.

Итоги занятия: Участники получили больше понимания о том, какие семейные ценности и традиции важны в их жизни. Через упражнения и дискуссии они научились лучше понимать своё место в семье и развили навыки, способствующие укреплению отношений внутри семьи.

Тема № 11: Совместные решения проблем

Совместное мероприятие (квест)

На занятии под названием «Совместные решения проблем через совместные мероприятия» участникам предстоит принять участие в квесте, цель которого — проверить и укрепить сплоченность класса. На организационном этапе участникам объясняются основные правила: говорить только о том, что волнует здесь и сейчас, соблюдать конфиденциальность происходящего, быть искренними и активными.

Для квеста потребуется оборудование: названия станций и комплекты букв М, Ы, К, О, М, А, Н, Д, А. Ведущий обращается к участникам с приветственным словом, приглашая их проверить, насколько класс способен работать как единый коллектив, поддерживая и помогая друг другу.

Первый этап квеста посвящен сплочению группы. На станции «На досуге» проводится упражнение, цель которого — познакомиться и снять напряжение. Игроки записывают увлечения друг друга, получая за это букву М.

На станции «Пишущая машинка» участники учатся действовать совместно, "напечатав" фразу класса и зарабатывая букву Ы.

В игре «Слепой паровоз» они развивают взаимопонимание, следуя указаниям зрячего, за что получают букву К.

Второй этап направлен на оценку поведения и его последствий.

На станции «Слон» участники учатся самоконтролю и планированию, выкладывая изображение слона из спичек в тишине, получая букву О.

Упражнение «Скала» формирует доверие и навыки невербальной коммуникации. Водящий проходит через "скалу", за что получает команду букву М.

На третьем этапе повышается атмосфера доброжелательности и сотрудничества.

В игре «Переправа через пропасть» участники развивают терпимость и коллективизм, переправляясь по "платформам" и получая букву А.

В игре «Свеча» они учатся самоконтролю, передавая горящую свечу, зарабатывая букву Н.

На станции «Герб нашего класса» создается общий герб, что способствует единению группы и приносит команду букву Д.

На заключительной станции участники получают задание назвать одним словом совокупность индивидуальностей, что приводит их к ответу «Мы» и обеспечивает букву А.

По завершении квеста, команда, первой составившая фразу «Мы команда!» и приклеившая ее под герб, объявляется победителем. Занятие завершается фотографией на память и награждением победителей, укрепляя атмосферу коллективизма и сплоченности среди участников.

Тема № 12: Семейное взаимодействие

Групповой проект

Занятие «Семейное взаимодействие» направлено на формирование у обучающихся уважительного отношения и любви к своей семье и родителям. Основная цель занятия заключается в формировании уважения и позитивного отношения к семье, а также в обучении навыкам правильного выхода из конфликтных ситуаций и предупреждения конфликтов в семейной жизни.

Занятие начинается с организационного момента, в ходе которого ученики занимают свои места. Ведущий приветствует класс и начинает обсуждение о том, как выстраиваются отношения в паре, начиная с дружбы и заканчивая созданием семьи. Дети делятся своими представлениями о будущем развитии отношений, упоминая ключевые элементы, такие как уважение и любовь.

Для более глубокого погружения в тему участники начинают работу над групповым проектом. Проект предполагает создание плаката, который отражает важные аспекты семейных отношений и способы предотвращения конфликтов. Каждая группа получает листы и ручки для записи идей и разработки концепции плаката. Участникам предлагается исследовать, что они считают основными ценностями в семейной жизни и как избежать или разрешить конфликты мирным путем.

В процессе изучения новых знаний участники делятся своими ассоциациями со словом «семья», обсуждая, что для их воображения означает этот термин. Ведущий объясняет, что семейные конфликты, такие как проблема отцов и детей, существовали во все времена и что важно научиться находить мирные решения. Участники размышляют о своих эмоциях и ассоциациях со словом «конфликт» и обсуждают, могут ли люди обходиться без конфликтов.

Во время игры «На приеме у психолога» ученики ставятся перед проблемной ситуацией. Два ученика изображают конфликт между матерью и дочерью, после чего группа обсуждает возможные решения. Участники

размышляют о том, что значит быть взрослым, и приходят к выводу, что важны не только права, но и обязанности.

На этапе первичного закрепления знаний ведется обсуждение способов выхода из конфликтов, таких как компромисс и сотрудничество, и участники предлагают свои советы по решению конфликтов в игре «Если бы психологом был я...».

Заключительное слово подводит итог обсуждению, подчеркивая важность зрелости и самоконтроля в отношениях с родителями. Ведущий цитирует Марка Твена, чтобы продемонстрировать, как взгляды на родителей могут изменяться с течением времени, и предлагает участникам стремиться к сохранению добрых отношений с родителями.

Для завершения группового проекта каждая группа представляет свой плакат, объясняя его содержание и предлагаемые способы разрешения семейных конфликтов. Такая презентация помогает укрепить навыки социального взаимодействия и учит выстраивать конструктивный диалог.

В завершении занятия проводится блиц-опрос, в ходе которого учащиеся завершают предложенные фразы, что позволяет каждому задуматься о способах улучшения взаимоотношений в семье. Рефлексия завершается тем, что участники делятся своими впечатлениями о занятии, заполняя листочки с плюсами и минусами, а также своими пожеланиями. Ведущий благодарит участников за активное участие и прощается с ними, желая удачи.

Тема №13: Самопознание и личностный рост

Упражнение на выявление ресурсов

Занятие «Самопознание и личностный рост» направлено на помощь подросткам в работе с их личностным потенциалом и освоению изменений, происходящих в процессе взросления. Оно ориентировано на развитие навыков самопознания, управления своим поведением и активного участия в групповом взаимодействии.

Ведущий приветствует участников, подключая их к мысли о самопознании через известное высказывание Спинозы. Задача занятия — понять себя в различных жизненных ситуациях, таких как кризисные моменты, свободный выбор и успех.

Упражнение 1. Разминка «Доброе животное». Цель: Создание доброжелательной рабочей обстановки. Участники становятся в круг и, взявшись за руки, выполняют дыхательные упражнения, представляя себя единым добрым существом. Это упражнение помогает создать атмосферу доверия и взаимодействия в группе.

Упражнение 2. «Рыба для размышления». Цель: Обобщение опыта самопознания и выражение эмоциональных переживаний. Участники с помощью детской игры «рыбалка» «вылавливают» карточки с заданием завершить начатое предложение, отражающее их страхи и эмоциональные переживания. Это упражнение стимулирует саморефлексию и способствует лучшему пониманию своих эмоций.

Упражнение 3. Амулет. Цель: Проявление уникальности и отработка навыков взаимодействия. Участникам предлагается с помощью природных и бросовых материалов создать фигурку — амулет. Каждый участник придумывает название своему амулету и делится его значением с группой. Это развивает творческое мышление и умение выражать свои чувства в безопасной обстановке.

Упражнение 4. Визуализация «Затонувшие сокровища». Цель: Актуализация личностного потенциала и снятие эмоционального

напряжения. Во время визуализации участникам предлагается представить, что они нашли сокровища на морском дне и выбрать один предмет, который они могут взять с собой. Это помогает им сосредоточиться на своих внутренних ресурсах и мечтах.

Упражнение 5. Раб кольца. Цель: Преодоление жизненных преград и развитие экзистенциальных умений. Участники примеряют «волшебное кольцо», символизирующее подавление личности, и обсуждают, как можно противостоять его негативному влиянию. Завершая упражнение, участники вращают су-джок по пальцам, стимулируя активные точки и укрепляя уверенность в своих силах.

Упражнение 6. «Три желания» Цель: Повышение мотивации и формирование жизненных целей. У каждого участника есть возможность загадать желание, которое он записывает на полоске цветной бумаги. Это вдохновляет на постановку целей в пределах человеческих возможностей.

Упражнение 7. «Кувшин желаний» Цель: Актуализация жизненных целей. Занятие завершается тем, что участники помещают свои записки с желаниями в кувшин, символически передавая их джинну для исполнения.

На этапе рефлексии участники делятся впечатлениями о занятии, обсуждают, что нового узнали и что собираются применять в жизни. Ведущий благодарит всех за участие, создавая позитивное ощущение завершенности и вдохновения.

Тема №14: Культура позитивного мышления

Дискуссия и обмен опытом

Занятие «Культура позитивного саморазвития» направлено на формирование позитивного отношения к жизни, развитие положительных установок и мотивацию, а также развитие навыков, способствующих здоровой и счастливой жизни. Оно акцентирует внимание на профилактике эмоционального выгорания и личностном росте участников.

Ведущий открывает занятие приветствием и предлагает участникам настроиться на позитивную волну, вспомнив известные цитаты о силе позитивного мышления. Цель занятия — развить умение использовать позитивное мышление в различных жизненных ситуациях, таких как стресс, выгорание, а также достижение личных и профессиональных целей.

Упражнение 1. «Давайте познакомимся». Цель: Создание доверительной атмосферы и развитие чувства принадлежности к группе. Участники представляются, называя предмет, который они возьмут на пикник, рифмуя его со своим именем. Это помогает создать атмосферу доверия и начать занятие на позитивной ноте.

Упражнение 2. «Я-надеюсь, я-ожидаю». Цель: Прояснение ожиданий и надежд участников. Участники пишут свои надежды на розовых кружочках и формируют из них улыбающийся смайлик. Это стимулирует открытость и направляет мысли в позитивное русло.

Упражнение 3. Правила работы группы. Цель: Формирование согласованных правил взаимодействия. Участники разрабатывают и соглашаются с правилами, такими как активность, откровенность и безоценочность, что создает основу для эффективного взаимодействия.

Упражнение 4. «Какая наша команда?». Цель: Создание командного духа и позитивной атмосферы. Участники, делясь на группы, создают список прилагательных, описывающих их команду, что способствует укреплению командной связи.

Упражнение 5. «Мозговой штурм». Цель: Расширение границ мышления и развитие творческих навыков. Участники генерируют определения позитивного мышления посредством обсуждений, освобождаясь от шаблонов и стереотипов.

Упражнение 6. Информация о позитивном мышлении. Цель: Осознание важности позитивного отношения. Ведущий предоставляет информацию о позитивном мышлении и его влиянии, что способствует формированию позитивного мировосприятия.

Упражнение 7. «Тик-так». Цель: Трансформация негативных мыслей в позитивные. Участники заполняют таблицу, где трансформируют негативные мысли в положительные утверждения, что способствует позитивному изменению мышления.

Упражнение 8. Нейрогимнастическое упражнение «Слон». Цель: Стимуляция мозговой активности и снятие стресса. Это упражнение помогает улучшить концентрацию и снять напряжение.

Упражнение 9. «Шутка». Цель: Развитие креативного мышления и юмора. Участники, используя заданные слова, создают шутки, что способствует улучшению настроения и развитию креативности.

Упражнение 10. Визуализация «Негатив в позитив». Цель: Снятие эмоционального напряжения. Участники визуализируют негативные ситуации и трансформируют их в позитивные образы, что способствует улучшению эмоционального состояния.

Упражнение 11. Визуализация «Деньги липнут на мед». Цель: Вкладывание финансовых целей через визуализацию. Участники представляют себе изобильное будущее, что вдохновляет на достижение своих целей.

Упражнение 12. Позитивные аффирмации. Цель: Повышение самооценки. Участники просматривают ролик с аффирмациями, что помогает укрепить уверенность в себе.

Упражнение 13. «Фиолетовый браслет». Цель: Осознание необходимости контроля мыслей. Участники получают браслеты и учатся отслеживать свои негативные мысли, заменяя их на позитивные.

Занятие завершается коллективным просмотром позитивного мультфильма, способствующего мотивации и развитию личных целей. На этапе рефлексии участники обсуждают свои впечатления, делятся тем, что нового узнали и как планируют применить это в жизни. Ведущий благодарит всех за участие, создавая атмосферу завершенности и воодушевления.

Тема № 15: Выявление сильных сторон в практике

Групповая работа по созданию проекта

Занятие, направленное на выявление сильных сторон участников и развитие навыков самопрезентации, начинается с групповой работы по созданию благоприятной атмосферы для самопознания и укрепления самооценки.

Первое упражнение, «Твои достоинства», проходит в формате круга, где участники перекидывают друг другу мяч. Тот, кто его поймает, должен назвать три своих положительных качества или сильные стороны, а затем передает мяч следующему. Это способствует укреплению самооценки и созданию позитивного настроения в группе.

В упражнении «Маленькие успехи» участники вспоминают свои недавние достижения, даже самые незначительные. После краткого размышления группа делится на две подгруппы, и каждый внутри рассказывает о своих достижениях. В результате один из участников от каждой подгруппы делится с остальными наиболее яркими моментами. Это упражнение помогает обучиться «самоподкреплению» — умению замечать и ценить свои успехи.

Третье упражнение, «Три имени», предполагает, что каждый участник получит по три карточки, где они должны написать разные варианты своего имени. Представляясь друг другу, участники описывают сторону своего характера, соответствующую каждому имени. Это развивает саморефлексию и формирует установку на самопознание.

В упражнении «Симпатия группы» каждому участнику дается минута для выступления перед группой, чтобы вызвать её симпатию. Это может быть речь, сценка или демонстрация умений. После каждого выступления участники оценивают увиденное, ставя баллы от 1 до 5. В конце ведущий подсчитывает результаты и называет лидеров. Упражнение помогает тренировать уверенное поведение в ситуациях самопрезентации и

представляет материал для обсуждения, почему мы симпатизируем одним людям больше, чем другим.

Завершается занятие этапом обратной связи, где участники обсуждают, что нового они узнали, какие упражнения понравились, и делятся своими впечатлениями. Это позволяет закрепить результаты занятия и понять, как полученные знания можно применить в жизни.