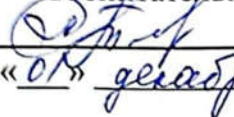


Министерство образования Белгородской области

Областное государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение
«Белгородский техникум промышленности и сферы услуг»

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора ОГАПОУ
«БТПиСУ» по учебно-
воспитательной работе

 Л.С. Тишкина
«01» декабря 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора ОГАПОУ
«Белгородский техникум
Промышленности и сферы услуг»

 И.А. Миненкова
«01» декабря 2022 г.


*Развивающая тренинговая программа
для обучающихся латентной группы риска по результатам
проведения социально-психологического тестирования
«Я в этом мире»*

Составитель программы:
Рынзина Анна Геннадьевна,
педагог-психолог ОГАПОУ «БТПиСУ»

Содержание.

Пояснительная записка	3
Актуальность программы	3
Нормативно-правовые основы разработки программы.....	4
Описание проблемной ситуации.....	5
Аннотация психолого-педагогической программы.....	6
Цель и задачи программы	6
Адресат программы	7
Структура занятий	7
Методы и формы, используемые при реализации программы	7
Ожидаемые результаты реализации программы	8
Система организации контроля за реализацией программы	8
Учебно-тематический план	9
Учебно-календарный план	10
Примерное содержание занятий программы	11
Список используемой литературы	48
Приложение. Оценочные и методические материалы.....	49

Пояснительная записка

Актуальность программы. Проблема злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ), зависимого поведения остается чрезвычайно актуальной для России и требует пристального внимания. Отсутствие сформированных жизненных целей, перспектив, неопределенность жизненных смыслов и ценностей, низкий культурный уровень, несформированность жизненно важных навыков, привели к тому, что употребление наркотиков превратилось у молодежи в способ решения проблем. Именно это обстоятельство делает особенно актуальной психолого-педагогическую практику, реализуемую через образовательные программы, психологические тренинги, способствующие формированию у молодежи осознанного взгляда на мир, оспосабливающие ее навыками жизненно важного характера, дающими возможность выстоять в сложной ситуации, причем осуществлять все это на фоне позитивного самоотношения, относясь к себе и к своему здоровью, как к ценности.

Образование и здоровье являются государственными приоритетами нашей страны. Система образования является активным участником деятельности по профилактике употребления ПАВ в Российской Федерации. Именно поэтому ежегодно проводится социально-психологическое тестирование (СПТ), направленное на раннее выявление незаконного наркопотребления обучающихся образовательных организаций. СПТ является диагностическим компонентом для построения адресной профилактической работы в образовательной организации. Полученные результаты определяют ее направленность и содержание, позволяют оказывать обучающимся своевременную психолого-педагогическую помощь. На базе образовательной организации осуществляется комплексное и системное воздействие на установки, интересы и ориентиры подростков и молодежи, а следовательно, вносится существенный вклад в формирование ценности здоровья, культуры здорового и безопасного образа жизни у подрастающего поколения.

Мероприятия по оказанию психолого-педагогической помощи и коррекционному сопровождению обучающихся, попавших в «группу риска» планируются и реализуются с учетом порядка проектирования профилактической работы, представленного в Методических рекомендациях по использованию результатов единой методики социально-психологического тестирования для организации профилактической работы с обучающимися образовательной организации, а также с учетом положений, изложенных в методических рекомендациях «Планирование и организация системной работы с обучающимися по профилактике раннего вовлечения в незаконное потребление наркотических средств и психотропных веществ».

В соответствии с методическими рекомендациями «Планирование и организация системной работы с обучающимися по профилактике раннего вовлечения в незаконное потребление наркотических средств и

психотропных веществ», психологические технологии профилактики направлены на коррекцию определенных психологических особенностей у обучающихся, затрудняющих их социальную адаптацию и повышающих риск вовлечения в употребление ПАВ. Психологические технологии реализуются в следующих направлениях воздействия:

- развитие психологических ресурсов личности обучающихся, препятствующих формированию зависимости от ПАВ;

- развитие психологических и социальных навыков, способствующих формированию системы ценностей и убеждений, обеспечивающей сознательный отказ от употребления ПАВ и устойчивого неприятия незаконного потребления наркотиков, формирования культуры безопасного и здорового образа жизни;

- создание благоприятного доверительного климата и условий для успешной социализации в учебном коллективе, социально-психологической адаптации в целом;

- реализация мероприятий, направленных на раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, включающих в себя социально-психологическое тестирование обучающихся образовательных организаций.

В рамках программной профилактической деятельности психологические технологии реализуются в групповой работе и при индивидуальном консультировании всех участников образовательных отношений.

Нормативно-правовые основы разработки программы.

Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность по профилактике злоупотребления ПАВ в образовательной среде:

- Федеральный Закон от 8 января 1998 года №3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах» (в ред. Федерального закона от 08 декабря 2020 года №429-ФЗ) ;

- Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Указ Президента РФ «Об утверждении Стратегии Государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2030 года» от 23 ноября 2020 года №733;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 4 ноября 2006 года № 644 «О порядке предоставления сведений о деятельности, связанной с оборотом наркотических средств и психотропных веществ, и регистрации операций, связанных с оборотом наркотических средств и психотропных веществ»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 5 сентября 2011 года № МД-1197/06 «О Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации, МВД Российской Федерации и ФСКН от 21 сентября 2005 года № ВФ-

1376/06 «Об организации работы по предупреждению и пресечению правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, в образовательных учреждениях».

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 13 февраля 2020 г. N 07-1468 «О Методических рекомендациях по использованию результатов единой методики социально-психологического тестирования для организации профилактической работы с обучающимися образовательной организации»;

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20 августа 2021 г. N НН-240/07 «О методических рекомендациях «Планирование и организация системной работы с обучающимися по профилактике раннего вовлечения в незаконное потребление наркотических средств и психотропных веществ».

Описание проблемной ситуации. В соответствии с приказом №506 от 28.09.2022г. В ОГАПОУ «Белгородский техникум промышленности и сферы услуг» в период с 28.09.2022г. до 20.10.2022г. было организовано проведение социально-психологического тестирования обучающихся техникума. В результате анализа результатов тестирования были выделены обучающиеся, составляющие группу риска по результатам СПТ в количестве 17 человек (4% от числа обучающихся).

Анализ результатов по методике «Соотношение критических значений» позволило выделить актуализацию факторов риска у 6% обучающихся группы риска, а редукцию факторов защиты — у 47%. По субшкалам методики «Квазишкалирование» у обучающихся группы риска наиболее актуализированы следующие факторы риска: подверженность влиянию группы, принятие асоциальных установок социума, импульсивность, тревожность, фрустрация. Наиболее снижены следующие факторы защиты: самоконтроль поведения, самооффективность.

Опираясь на методические рекомендации по использованию результатов единой методики социально-психологического тестирования для организации профилактической работы с обучающимися образовательной организации, направления деятельности по психолого-педагогическому сопровождению состоит из работы по:

- развитию Я-концепции, субъективного контроля, аффилиации, ассертивности, способности выразить собственное мнение;

- формирование навыков и умений отказа в ситуациях риска, распознавания манипуляций и формирование способности противодействия им;

- развитию конструктивных навыков общения, развитие критичности к себе и своему поведению;

- развитию навыков саморегуляции, рефлексии, произвольного контроля, методов планирования и анализа;

- повышению самооценки, развитию коммуникативных умений и навыков, повышение жизнестойкости, развитие навыков саморегуляции;

- развитие навыков целеполагания, прогнозирования; обучение рефлексии; развитие психоэмоциональной саморегуляции, в том числе по преодолению деструктивных эмоциональных состояний (тревога, страх, гнев/агрессия и др.);

- формирование мотива достижения успеха, повышение уверенности; обучение навыкам планирования и контроля собственной деятельности;

- развитие личностных ресурсов, повышение самооценки, уверенности в своих силах, формирование мотивации к достижению успеха;

- обучению планированию, целеполаганию, умению достигать поставленные цели (тайм-менеджмент).

Таким образом, профилактическая и коррекционно-развивающая работа по результатам социально-психологического тестирования должна строиться на развитии навыков конструктивного общения, самооценки и Я-концепции обучающихся, обучению психоэмоциональной регуляции и саморегуляции поведения, рефлексии, развитию ценностного отношения к своей жизни и здоровью.

Аннотация психолого-педагогической программы. Настоящая программа разработана на основе «Программы занятий по развитию ценностных ориентаций старшеклассников» Г.В. Мишениной, Г.П. Звездиной и «Профилактика употребления психоактивных веществ» С.Б. Овсяник, А.Г. Вольваченко.

Программа предназначена для проведения систематических занятий по профилактике употребления ПАВ с обучающимися в возрасте 15-18 лет.

В основу данной программы положено формирование основ эмоциональной сферы, самосознания, самоотношения, Я-концепции и ценностных ориентаций, способствующих формированию ориентиров социально-нормативного поведения личности подростка и гибкости в различных жизненных ситуациях.

Основная идея предлагаемой программы заключается в том, чтобы не заставлять, не подавлять, не ломать человека, а помочь ему стать самим собой, приняв и полюбив себя, преодолеть стереотипы, навязанные обществом и СМИ.

Акцентирование содержания программы на ценностно-смысловой сфере личности обусловлено тем, что именно данный компонент личности является детерминантой активности и основой жизненных выборов. Ценность в отличие от нормы, норматива предполагает выбор и поэтому именно в ситуациях выбора наиболее ярко проявляются характеристики, относящиеся к ценностно-смысловому компоненту культуры человека.

Основными целями программы являются:

- *формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения подростков и юношей к употреблению психоактивных веществ;*

- *формирование гармонично развитой, здоровой личности, стойкой к жизненным трудностям и проблемам;*

-создание благоприятных условий, обеспечивающих формирование основ сохранения здоровья, формирования мотивации к активному и здоровому образу жизни (ЗОЖ).

Задачи программы:

1. Создать условия для формирования следующих жизненно важных умений:
 - умение устанавливать и поддерживать гармоничные отношения,
 - умение принимать решения,
 - умение противостоять групповому давлению,
 - умение преодолевать стресс и кризисные ситуации,
 - умение открыто выражать свои чувства, навыки психоэмоциональной саморегуляции.
2. Способствовать проявлению личных качеств защитного характера, прежде всего - уверенности в себе, адекватной самооценки.
3. Предоставить обучающимся основные сведения о негативных последствиях приема ПАВ, об особенностях распространения наркомании среди молодежи.
4. Развитие ценностей ЗОЖ, самопознания и саморазвития.

Адресат: Программа ориентирована на групповую форму реализации и предназначена для обучающихся 1-4 курсов. Группа сформирована из обучающихся группы риска по результатам социально-психологического тестирования. Количество участников в группе до 20 человек.

Содержание занятий отбирается в соответствии с возрастными особенностями учащихся и задачами формирования жизненно важных умений.

Структура курса. Тренинговая программа рассчитана на 13 занятий по 2 часа.

Структура занятия. Каждое занятие строится в соответствии с принципом смысловой целостности и имеет следующую структуру:

1. Начало работы в группе (вводная часть) – 10-15 минут (ритуал приветствия, упражнение-разминка, погружающее в проблематику занятия, поддерживающее групповую атмосферу и фокусирующие внимание, оптимизирующее работоспособность участников).

2. Основной этап – 40-70 минут (упражнения, практические задания, психотехнические упражнения, дискуссии, мозговые штурмы, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы по теме).

3. Завершение работы – 10 минут (рефлексия, обратная связь).

Методы и формы, используемые при реализации программы. В программе используются тренинговые (интерактивные) методы работы. Вариативно используются мини-лекция; групповая дискуссия, беседа; тренинговые упражнения по межличностной коммуникации; дыхательные и двигательные упражнения; методы саморегуляции и управления

собственным телом; элементы арт-терапии; релаксационные упражнения; наглядно-иллюстративный метод: схемы, таблицы; сказкотерапия.

На протяжении всех занятий программы обязательным компонентом выступает прием обратной связи — это высказывание каждым участником группы своих мыслей, чувств и рассказ о своем опыте по окончании упражнения, темы, занятия и всего тренинга. Обратная связь необходима не только для того, чтобы узнать мнение участников, но и для того, чтобы участники в процессе тренинга обучались слушать и слышать мнение других людей.

Принципы работы в группе:

- Принцип активности. Каждый участник включается в групповую работу и активно решает поставленные задачи.
- Принцип доверительности. Заключается в создании условий для доверительного и продуктивного в плане решения проблем общения участников группы.
- Принцип конфиденциальности. Все, что происходит на занятиях, остается в группе и не может быть распространено за ее пределами или передано посторонним людям.
- Принцип уважительного отношения к другому и его мнению.
- Принцип преемственности.
- Свободный обмен мнениями, активное участие в обсуждениях. В случае ответов учащихся на проблемные вопросы, высказываний во время обсуждений, выполнения упражнений применение оценок нецелесообразно. Психолог может отметить активность учащихся, оригинальность их ответов, высказать восхищение или недоумение в форме «Я-высказывания».

Ожидаемые результаты. Учащийся по завершению курса: осознает необходимость конструктивного взаимодействия со взрослыми и сверстниками, получит новые знания о гармоничных взаимоотношениях между людьми, расширит репертуар своего поведения, приобретет широкий круг жизненно важных умений, сформирует навыки уверенного поведения, сформирует ценностное отношение к жизни, навыки самопознания и саморазвития.

Система организации контроля за реализацией программы. Система организации внешнего контроля за реализацией программы осуществляется посредством учета посещаемости участниками занятий (ведение журнала посещаемости, заполнение журнала учета видов деятельности педагога-психолога, составление расписания занятий). Контроль за посещаемостью осуществляет специалист, реализующий программу.

Система оценки достижения планируемого результата включает в себя промежуточный и итоговый этапы. Промежуточная оценка осуществляется при помощи наблюдения ведущего тренинга за изменениями в поведении,

словах, способах разрешения трудностей каждого обучающегося. Также промежуточная и итоговая оценка результативности производится в форме рефлексии прошедшего занятия.

Итоговое оценивание происходит по итогам рефлексии, результатам психодиагностического исследования (методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн, методика диагностики самоотношения Столина-Пантелеева, опросник «Выход из трудных жизненных ситуаций» Г.С. Никифорова, методика диагностики тревожности Р. Кондаша, тест коммуникативных умений Л. Михельсона, методика КОС, Методика диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой).

Учебно-тематический план

№ п/п	Название темы	Количество часов
1	Знакомство с группой и групповыми правилами.	2
2	Эмоции и чувства. Какие разные они бывают.	2
3	Обида, Вина, Страх, Агрессия враги или помощники?	2
4	Эмпатия и способы выражения чувств.	2
5	Стресс. Способы преодоления стресса или как исправить настроение.	2
6	Что я знаю о себе. «Я-концепция».	2
7	Самоотношение. Самооценка. Самоуверенность.	2
8	Общение. Взаимодействие с окружающими.	2
9	Групповое давление и манипуляции. Уступать или сопротивляться? Принятие решений. Способы принятия решений.	2
10	Навыки самоорганизации и тайм-менеджмента	2
11	Ценности в моей жизни.	2
12	Наркотики, ПАВ и последствия их употребления.	2
13	Завершающее занятие. Разработка проекта «Здоровое поколение».	2