# Рекомендации

**по проектированию профилактической программы**

**с обучающимися «группы риска» по результатам ЕМ СПТ**

Группу повышенного внимания по результатам ЕМ СПТ составляют обучающиеся, с повышенной вероятностью вовлечения в зависимое поведение по соотношению факторов, предрасполагающих к первой пробе (факторы риска) и факторов, удерживающих от совершения первой пробы (факторов защиты). Это учащиеся, по результатам СПТ, попадающие в «красную зону», демонстрирующие латентную или явную рискогенность условий.

При определении групп повышенного внимания следует учитывать:

1. полученные результаты носят только прогностический, вероятностный характер;
2. результаты должны быть использованы в обобщенном виде при планировании профилактической и коррекционно-развивающей работы;
3. ЕМ СПТ позволяет выявить только потенциальную группу повышенного внимания, т.е. обучающихся, у которых высока вероятность проявления дезадаптивных форм поведения;
4. на результаты тестирования распространяется режим **конфиденциальности.** Персональные результаты могут быть доступны только трем лицам: родителю, ребенку и педагогу-психологу.

**Общий алгоритм организации профилактической работы по результатам СПТ:**

1. Проанализировать результаты тестирования и выделить обучающихся групп повышенного внимания.
2. Выделить общие направления коррекционной и развивающей работы по группам повышенного внимания, на их основе спроектировать профилактические программы.
3. Выделить обучающихся, с которыми необходимо дополнительно провести индивидуальную коррекционно-развивающую работу, составить индивидуальную программу для обучающихся, попадающих в зону явной рискогенности условий.

***Группа повышенного внимания*** выделяется в зависимости от соотношения факторов риска и факторов защиты.

Под факторами риска в ЕМ СПТ понимаются социально-психологические условия, повышающие угрозу возникновения дезадаптивных форм поведения. Выделяется две обобщенные группы факторов риска.

**Первая** – это обстоятельства и условия, регулирующие взаимоотношения общества и индивида, и **вторая** – индивидуальные особенности, влияющие на поведение.

В первую группу входят:

ПО – потребность в одобрении,

ПВГ – подверженность влиянию группы,

ПАУ – принятие аддиктивных установок социума,

НСО – наркопотребление в социальном окружении.

Индивидуальные особенности, влияющие на поведение, включают в себя:

СР – склонность к риску,

И – импульсивность,

Т- тревожность,

Ф – фрустрация.

Обучающиеся, у которых превышены показатели по факторам риска и выходят за пределы региональных норм, в большей степени могут находиться под воздействием некоторых нежелательных факторов, которые в свою очередь, могут сработать или не сработать.

Факторы защиты определяют степень социально-психологической устойчивости к риску.

ПР – принятие родителями,

ПО – принятие одноклассниками,

СА – социальная активность,

СП – самоконтроль поведения,

С – самоэффективность, уверенность в своих силах достигать поставленных целей.

На основании различных сочетаний данных показателей можно выделить 3 группы повышенного внимания и, соответственно, 3 направления профилактической работы (см. таблицу 1).

**Таблица 1. Группы обучающихся с повышенной вероятностью вовлечения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Группы ПВВ** | **Группа №1**ФР – высокий; ФЗ-низкий Неблагоприятное сочетание факторов риска (высокие показатели) и факторов защиты (низкие показатели) | **Группа №2**Актуализация факторов риска при достаточной выраженности факторов защиты | **Группа №3**Редукция факторов защиты (низкие показатели) при допустимой выраженности факторов риска(высокие показатели) |
| **Задачи профилактической работы** | Освоение навыков преодоления трудных жизненных ситуаций Повышение факторов защиты Обучение копинг- стратегиямРабота по изменению социальной ситуации развития | Актуализация ресурсных возможностей факторов защиты Обучение навыкам ответственного отношения к своей и чужой жизни Снижение импульсивности, обучение навыкам оценки риска.Работа по изменению социальной ситуации развития | Регуляция и снижение зависимости в социальном одобрении Формирование культуры достижений, ситуаций успеха, одобрения желаемого поведения. Развитие независимости и ответственности за свою жизнь Развитие коммуникативных навыков. Обучение самопрезентации |
| **Формы профилактической работы с подростками** | **Работа в группе:**тренинг по развитию жизнестойкости;тренинг «Как преодолеть страх перед экзаменом»; | **Работа в группе:**тренинг по развитию жизнестойкости;тренинг общения и личностного роста;групповые занятия поформированию конструктивных | **Работа в группе:**тренинг по развитию жизнестойкости;тренинг общения и личностного роста;тренинг «Мои достижения»; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | групповые занятия по формированию конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией;включение подростков в социально одобряемую деятельность (помощь нуждающимся. | способов совладания со стрессовой ситуацией;участие в творческом проекте, например, в конкурсе социальных роликов, видеопрезентаций«Мои сильные стороны» (совместно с родителями);участие в ценностно- ориентированной игре«Я - человек», в проекте «Своя территория». | групповые занятия по формированию конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией;участие в творческих проектах на разные темы;участие в ценностно- ориентированной игре«Я - человек»;в проекте «Своя территория». |
| **Формы работы с родителями** | ***Индивидуальная работа:***консультация по результатам СПТ;индивидуальные занятия с родителями по освоению способов бесконфликтного общения в семье, коррекции стиля семейного воспитания.***Групповые формы работы:***серия мини-лекций и практикумов для родителей о правилах общения с подростком, обсуждение резонансных тем, связанных с подростковым возрастом;организация совместных мероприятий для родителей и подростков на Неделе психологической грамотности;привлечение семьи обучающегося кучастию в совместном творческом проекте согласно Плана воспитательной работы школы. | ***Индивидуальная работа:***консультация по результатам СПТ;индивидуальные занятия с родителями по освоению способов бесконфликтного общения в семье, коррекции стиля семейного воспитания.***Групповые формы работы:***серия мини-лекций и практикумов для родителей о правилах общения с подростком, обсуждение резонансных тем,связанных с подростковым возрастом и преодолением подросткового негативизма;организация совместных мероприятий для родителей и подростков на Неделе психологической грамотности;привлечение семьи подростка к участию в творческом проекте«Социальная реклама», «Фильм про главное» и других согласно Плана воспитательной работы школы. | ***Индивидуальная работа:***1. консультация по результатам СПТ;
2. индивидуальные занятия с родителями по освоению способов бесконфликтного общения в семье, коррекции стиля семейного воспитания.

Индивидуальные занятия по освоению техники «Я – слушание», «Я- высказывание».***Групповые формы работы:**** серия мини-лекций и практикумов для родителей о правилах общения с подростком, обсуждение резонансных тем,

связанных с подростковым возрастом;* организация совместных мероприятий для

родителей и подростков на «Неделе психологической грамотности»;* привлечение родителей обучающегося к участию в творческом проекте «Мои сильные стороны», конкурсе социальных роликов, (совместно с родителями).
 |

Результаты скринингового тестирования требуют уточнения. Например, высокий уровень показателя *Тревожность* или низкий уровень *Принятие одноклассниками* может быть обусловлен ситуативно (волнение перед тестированием, ссора с одноклассниками). Во избежание ошибок в интерпретации результатов требуется дополнительная диагностика, направленная на исследование конкретных показателей.

В таблице №2 приведены методики, рекомендованные для дополнительного исследования обучающихся.

**Таблица 2**

**Методики для дополнительной диагностики**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Группа №1** | **Группа №2** | **Группа №3** |
| 1.«Индивидуально-типологический детский опросник» Л.Н.Собчик Цель: оценка преобладающих индивидуально- личностных свойств (в том числе шкалы: Экстраверсия, Спонтанность, Лабильность, Агрессивность, Интроверсия, Сензитивность, Тревожность) и социально- психологических аспектов (в том числе – Некомформность, Лидерство, Конфликтность, Индивидуализм, Компромиссность, Коммуникативность и др.).2. Методика «Диагностика склонности котклоняющемуся поведению (СОП)»3. Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д.АмирханаЦель: диагностика приемов совладающего поведения (в том числе шкалы: Разрешение проблем, Поиск социальной поддержки, Избегание проблем)4. Методика «Самооценка» Дембо-РубинштейнЦель: оценка самоотношения подростка, навыков рефлексии5. Методика«Социометрия»Цель: определение межличностных и межгрупповых отношений6. Проективные методики (на выбор специалиста) (напр. «Человек», «Человек под дождем») | 1. «Индивидуально- типологический детский опросник» Л.Н.Собчик2. Методика«Диагностика склонности к отклоняющемуся поведению (СОП)»Цель: выявление готовности несовершеннолетнего к реализации различных форм отклоняющегося поведения (в том числе шкалы: Социально- желательные ответы, Склонность к нарушению норм и правил, Склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению, Склонность к делинкветному поведению)3. Методика«Самооценка» Дембо- РубинштейнЦель: оценка самоотношения подростка, навыков рефлексии4. Проективные методики (на выбор специалиста) (напр. «Человек»,«Человек под дождем»)Цель: выяснение актуального эмоционального состояния/способа проживания трудных жизненных обстоятельств | 1. «Индивидуально- типологический детский опросник» Л.Н.Собчик2. Методика «Опросник тревожности»Цель: определения уровня личностной тревожности3. Методика «Самооценка» Дембо-Рубинштейн. Цель: оценка самоотношения подростка, навыков рефлексии4. Методика «Социометрия» Дж.МореноЦель: определение межличностных и межгрупповых отношений5. Методика для психологической диагностики копинг-механизмов в адапт.Л.И.ВассерманаЦель: диагностика способов совладающего поведения6. Анализ семейных взаимоотношений (АСБ)Цель: оценка особенностей воспитания в семье7. Проективные методики (на выбор специалиста) (напр.«Человек», «Человек под дождем», «Рисунок семьи»)Цель: выяснение актуального эмоциональногосостояния/способа проживания трудных жизненныхобстоятельств/особенностей внутрисемейного взаимодействия |

По итогам дополнительной диагностики выявляются обучающиеся, нуждающиеся в индивидуальной помощи.

# Алгоритм составления индивидуальных программ

Профилактические программы данного уровня основываются на углубленной психологической диагностике обучающегося (можно использовать диагностические методики, указанные в таблице №2).

 Участники профилактической работы:

1. Обучающиеся образовательной организации, нуждающиеся в индивидуальном психолого-педагогическом сопровождении.

2. Педагог-психолог.

3. Родители обучающегося.

Чтобы разработать эффективную программу индивидуального сопровождения несовершеннолетнего, необходимо следующее:

* + Провести углубленную психолого-педагогическую диагностику.
	+ Составить пояснительную записку (по результатам СПТ и углубленной психолого-педагогической диагностике).
	+ Сформулировать цель.

Цель должна быть сформулирована максимально конкретно, с учетом особенностей несовершеннолетнего, выявленных в ходе СПТ и дополнительной диагностики.

Задачи, в свою очередь, раскрывают поставленную цель и являются этапами или направлениями реализации цели. Формулировка задач также должна быть конкретной и точной. В этом случае становится возможным выбор наиболее подходящих мероприятий и ресурсов.

Примеры структурных компонентов профилактических программ представлены в таблице №3.

Таблица 3

*Примеры структурных компонентов профилактических программ*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тип програм мы** | **Программа профилактики зависимого поведения** | **Программа профилактики аутодеструктивного/****суицидального поведения** | **Программа профилактики девиантного поведения** | **Программа профилактики ТЖС** |
| **Диагнос тика** | Карта наблюдения Д. СтоттаТест самооценки Опросник «Оценка коммуникативных и организаторских склонностей (КОС)» | Карта наблюдения Д. СтоттаТест самооценки Тест«Самоуправление психическим состоянием» | Мотивация учебнойдеятельности школьников (А.К. Маркова)Тест самооценки Карта наблюденияД. Стотта. | Социально- педагогические опросники Карты наблюдения |
| **Цель** | Снижение факторов риска формирования зависимого поведения,связанных с высокой потребностью в одобрении и подверженностьювлиянию группы | Развитие стрессоустойчивости | Развитие навыков социально приемлемого поведения | Развитие навыков жизнестойкости |
| **Задачи** | 1. формирование культуры достижений;
2. развитие коммуникативных навыков;
3. развитие устойчивости к внешним

влияниям;1. формирование чувства собственной ценности.
 | 1. психологическое информирование о признаках фрустрации и стресса;
2. развитие психоэмоциональной регуляции;
3. обучение конструктивным навыкам совладания со стрессом;
4. формирование положительного образа будущего
 | 1. развитие коммуникативных навыков;
2. формирование стратегий поведения в ситуации конфликта;
3. формирование круга социально приемлемых интересов через вовлечение во внеурочную

деятельность | 1. расширение круга контактов и интересов через вовлечение во внеурочную

деятельность (вовлеченность)1. развитие саморегуляции, локуса контроля (контроль);
2. развитие навыков целеполагания,

прогнозирования (принятие риска) |

* Определить условия и сроки реализации программы

Сроки реализации устанавливаются в зависимости от сложности ситуации и объема необходимой работы*.*

Варианты программ:

1. Постоянно действующая программа (в течение учебного года)
2. Систематически действующая программа (несколько месяцев, несколько раз в год)
3. Периодически действующая программа (в связи с появившейся необходимостью).

Наиболее распространенные сроки реализации индивидуальных программ: 1 месяц, 6 месяцев, 12 месяцев.

* + Определить содержание и формы работы со всеми участниками профилактической деятельности по программе.

Родители несовершеннолетнего привлекаются в большинстве случаев с целью коррекции детско-родительских отношений, развития педагогических навыков и навыков эффективного общения с несовершеннолетним, информирования о психологических особенностях ребенка, правах и обязанностях и т.п.

*Педагоги образовательной организации* **-** привлекаются в ситуациях, когда учебные трудности ребенка являются составляющей проблемы. В рамках программы с ними проводится работа по развитию навыков эффективного взаимодействия с несовершеннолетним, выработка общих подходов в воспитании обучающегося, разрешение конфликтных ситуаций между ребенком и педагогом.

Содержание и формы работы с субъектами профилактической работы представлены в таблице №4.

**Таблица 4 Содержание и формы работы с субъектами профилактической работы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание работы с несовершеннолетним** | **Содержание работы с родителями** | **Содержание работы с педагогами** |
| *Индивидуальные психологические консультации:*- по результатам углубленной диагностики для несовершеннолетнего;- по решению конфликтных ситуаций, определению стратегии самопознания или саморазвития; | *Индивидуальные психологические консультации:*- по результатамуглубленной диагностики для родителей с целью информирования об индивидуальных особенностях ребенка;* по решению конфликтных ситуаций с ребенком;

по повышению психолого-педагогической компетентности родителей. | *Индивидуальные психологические консультации:*- по результатамуглубленной диагностики с целью учета индивидуальных особенностей несовершеннолетнего при организации образовательной и воспитательной работы;* по решению конфликтных ситуаций с несовершеннолетним, его родителями;
* по выбору вспомогательных средств

психокоррекционного воздействия; |

* + - Формулировка планируемых результатов.

Важно спланировать и оформить раздел программы «Планируемые результаты». Оформление этой части программы дает возможность еще раз уточнить и скорректировать цели, задачи, ожидания психолога. Для того, чтобы данный раздел стал информативным, следует максимально конкретно и точно описать планируемые результаты.

Варианты формулировки планируемых результатов реализации программы:

* освоены навыки конструктивного решения конфликтов;
* сформированы навыки саморегуляции;
* уменьшено количество случаев проявлений импульсивного поведения и т.п.

Таким образом, программа индивидуальной профилактической работы может включать следующие компоненты:

1. ***пояснительная записка***, включающая краткое обоснование разработки программы, указание на тип, данные углубленной диагностики, определение условий и длительности реализации программы, постановку цели и задач деятельности педагога-психолога по реализации программы;
2. ***содержание деятельности*** педагога психолога - компонент, включающий основные виды деятельности специалиста, мероприятия с указанием сроков реализации;
3. ***планируемые результаты*** – компонент программы, в котором формулируются результаты реализации программы в виде 3-4 позиций, которые возможно проверить средствами психолого-педагогической диагностики (наблюдение, тестирование, анкетирование, метод экспертных оценок и т.п.);
4. ***краткий отчёт*** педагога-психолога по эффективности работы на основании результатов психолого-педагогической диагностики и наблюдения, рекомендации специалистам и родителям, определение стратегии дальнейшей работы / заключение о прекращении психокоррекционной работы, предложения о снятии / постановке на различные виды учета и т.п.

# Образец (пример) программы

Предлагаем в качестве образца индивидуальную программу сопровождения несовершеннолетнего.

# Индивидуальная программа сопровождения несовершеннолетнего, нуждающегося в психолого-педагогической помощи

 Ф.И.О. ребенка: Иванов Иван Иванович, 19.08.05 г.р.

# Пояснительная записка

|  |  |
| --- | --- |
| Ф.И.О.несовершеннолетнего | Иванов Иван Иванович |
| Дата рождения | 19.08.2005 г |
| Ф.И.О. родителей | Мать – Иванова Мария Степановна, т. 8-ХХХ-ХХХ- ХХ-ХХОтец – Иванов Иван Дмитриевич, т. 8-ХХХ-ХХХ- ХХ-ХХ |
| Класс | 10 «В» |
| Основания разработки ИПС |  Результаты тестирования Результаты дополнительной диагностики Обращение родителейПостановка на профилактический учет |
| Проблемы несовершеннолетнего и семьи | Пропуск уроков, употребление спиртных напитков, курение.Конфликты, трудности взаимодействия внутри семьи |
| Результаты психолого-педагогического обследования особенностей | В ходе психологической диагностики несовершеннолетнего были использованы следующие методы: мотивация учебной деятельности школьников (А.К. Маркова), тест самооценки, тест жизнестойкости С. Мадди.Дата проведения психологической диагностики – 00.00.2023.Выявлены следующие показатели: высокие показатели факторов риска и низкие показатели факторов защиты. Из трех показателей жизнестойкости выше средних значений показатели«принятие риска» и «контроль». Низкий уровень контроля и управления своим поведением, высокие показатели подверженности влиянию группы, некритичное отношение к наркопотребляющим, означающие, что несовершеннолетний уклоняется |

|  |  |
| --- | --- |
|  | от ответственности за свои поступки, родители низко оценивают способности ребенка, испытывают к нему негативные чувства.Со слов классного руководителя, родителей и в ходе наблюдение было отмечено, что Иван часто пропускает уроки, на замечания реагирует агрессивно. Часто ссорится с родителями. |
| Общая цель работы: | Снижение факторов риска формирования зависимого поведения |
| Задачи работы: | Обучение навыкам конструктивного общения со взрослыми и сверстниками.Развитие устойчивости к внешним влияниям. Развитие саморегуляции, контроля.Формирование круга социально-приемлемых интересов через вовлечение во внеурочную деятельность.Информирование о возможностях психологической помощи несовершеннолетнему в сложных ситуациях |
| Ресурсы несовершеннолетнего | Готовность родителей участвовать в помощи Готовность несовершеннолетнего сотрудничать со специалистамиНаличие круга близких друзейНаличие значимого взрослого в близком окружении (родной дядя)Наличие серьезных увлечений и планов |
| Критерии результативности работы (по показателям психологической диагностики) | Повышение показателей жизнестойкости по шкалам «принятие риска» и «контроль»Расширение круга интересов. Вовлечение в продуктивную деятельность.В поведении – уменьшение эпизодов агрессивного поведения, конфликтов с родителями. |
| Сроки работы: | С 20.09.2023 по 20.06.2024. (6 месяцев) |
| Куратор ИПС | Петрова М.И. педагог-психолог БУ ОО «Средняяобщеобразовательная школа 000» |

**Программа мероприятий (содержание)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие, форма проведения** | **Планируемый результат** | **Ответственный специалист** | **Срок реализации** |
| 1 | Включение несовершеннолетнего с ПВВ в тренинговую группу по развитию навыков бесконфликтного общения | Несовершеннолетний освоит навыки конструктивного взаимодействия с окружающими. Реже станет проявление агрессивности | Педагог-психолог | 20.10.23 – 20.12.24 |
| 2 | Проведение индивидуальных консультаций несовершеннолетнего на тему «Я управляю эмоциями? Или эмоции управляют мной?» (Всего - 3 консультации) | Несовершеннолетний научится определять свое эмоциональное состояние в стрессовой ситуации; получит представление о том, чем для него не полезно идти на поводу эмоций | Педагог-психолог | 25.12.2316.01.2403.02.24 |
| 3 | Включение обучающегося в качестве участника в социально- ориентированную игру- навигатор «Я-человек» (Всего – 2 игры)Включение обучающегося в группу участников театрального проекта «Своя территория»(Всего - 4 встречи) | Расширится репертуар поведенческих навыков за счет социально- приемлемых форм.Овладение навыками рефлексии и саморефлексии, межличностного общения. Развитие способностей рационального принятия решения, способностей оценивать риск с учетом психологических возможностей, законодательства и нравственных ориентиров | Педагог- психолог Социальный педагог |  |
| 45 | Проведение серии индивидуальных занятий по информированию о признаках стресса и освоению техник психологической саморегуляции | Несовершеннолетний освоит и научится применять некоторые навыки психологической саморегуляции (дыхательные техники, релаксация); научится распознавать эмоциональные«триггеры», запускающие у него конфликтное поведение | Педагог- психолог |  |
| Индивидуальные занятия по освоению техники «Я –слушание» и «Я-высказывание» | Обучающийся освоит навыки эффективной коммуникации | Педагог- психолог |  |
| 6 | Включение в групповой тренинг «Развитие жизнестойкости» | Несовершеннолетний научится адекватным способам выхода из конфликтов; сформируются умения, необходимые для разрешения сложных жизненных ситуаций. | Педагог- психолог |  |
| 8 | Проведение практического занятия по освоению техники«Умей сказать «Нет» | Обучающийся повысит уверенность в себе, освоит умение отказываться от сомнительных предложений и провокаций. | Педагог- психолог, социальный педагог |  |
| 9 | Привлечение к деятельности в спортивной секции, участие в соревнованиях | Создание ситуации социально- приемлемого проявления рискованного поведения; развитие способностей оценивания риска ирационального принятия решений | Педагог- психолог, педагог дополнитель ного образования |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 10 | Индивидуальная консультация для несовершеннолетнего с целью информирования о возможности получения психолого- педагогической помощи (Центр ПМСС, телефондоверия, частные центры) | Несовершеннолетний получит знания о возможностях получения психологической помощи не только в школе, но и в других организациях. Развитиенавыка обращаться за помощью | Педагог- психолог |  |
| 11 | Консультирование родителей несовершеннолетнего об индивидуальных особенностях возрастного развития подростка.Тема: «Как общаться с подростком?» | Родители получат информацию о способах выстраивания бесконфликтного общения с подростком; получат эмоциональную поддержку со стороны образовательной организации в вопросах воспитания ребенка | Педагог- психолог, социальный педагог |  |
| 12 | Разработка информационных материалов для размещения на сайте образовательной организации, в родительских чатах | Будет отобран и адаптирован актуальный контент по вопросам профилактики для изучения родителями и несовершеннолетними | Педагог- психолог |  |