

Министерство просвещения РФ  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Скудинская основная общеобразовательная школа  
Андреапольского муниципального округа Тверской области



Утверждаю  
директор МОУ Скудинской ООШ:  
Терентьева Т.И.  
приказ № 50/04 от 30.08.24 г.

**ПРОГРАММА**  
**«Профилактика деструктивного поведения**  
**подростков»**

Разработана  
педагогом-психологом Карповой Л.В.

2024 г.

## Пояснительная записка

Актуальность проблемы профилактики деструктивного поведения определяется стойкими тенденциями, характеризующими рост числа проблем в подростковой среде. Сейчас в условиях экономической и социальной нестабильности в стране возрастает число подростков, склонных к асоциальному поведению, а вместе с ними и количество правонарушений, совершаемых несовершеннолетними.

Несовершеннолетние правонарушители сегодня представляют многочисленную и весьма неоднородную категорию детей, нуждающихся в психолого-педагогической, социально-психологической помощи.

Основные задачи психолого-педагогической профилактики заключаются в формировании у подростка стойкой установки не пробовать ПАВ, снижении потребности в самоутверждении посредством демонстративного отклоняющегося поведения, формировании адекватной самооценки, повышении правовой грамотности и ответственности за свое поведение. Для этого, подростки должны успешно строить отношения с окружающим миром – решать проблемы, реализовывать возникающие потребности за счет собственных знаний и умений.

Помогая подростку социализироваться, приобретать умение сопротивляться невзгодам, педагог тем самым повышает жизнестойкость подростка и создает условия для защиты его от аддиктивного, делинквентного поведения.

Девиантное поведение подростков характеризуется использованием собственных приемов самовыражения: сленг, стиль, символика, мода, манера, проступок. Но если одеждой и приверженностью к какому-либо стилю самовыражения подросток не приносит вреда окружающим, а только лишь вызывает их недовольство, то проступками он наносит ощутимый ущерб и себе, и другим людям. При этом его девиантные действия выступают:

- в качестве средства достижения значимой цели;
- как способ психологической разрядки, замещения блокированной потребности и переключения деятельности;
- как самоцель, удовлетворяющая потребность в самореализации и самоутверждении.

Поведение подростков с девиантным поведением отличается рядом особенностей:

- недостаточность жизненного опыта и низкий уровень самокритики;
- отсутствие внутренней оценки жизненных обстоятельств;
- импульсивность, двигательная и вербальная активность;
- повышенная внушаемость и подражательность;

- обостренное стремление к независимости и негативизм;
- неуравновешенность между процессами возбуждения и торможения;
- низкая правовая грамотность.

Программа предназначена для расширения осведомленности несовершеннолетних в области права и повышения личной ответственности за свои действия, предусмотренной законодательством РФ.

Вместе с тем, поскольку подросткам, кроме знания законов, важно осознавать себя востребованными в обществе, иметь жизненные цели, обладающие личностной значимостью, необходимо помочь им увидеть, каким образом их выбор может повлиять на дальнейшую жизнь и успешность в профессиональной деятельности, найти пути достижения жизненных целей, заинтересовать их в реализации задуманного, научить не отказываться от желаемого при неудачах, а продолжать двигаться вперед.

Предлагаемая профилактическая программа «Профилактика деструктивного поведения подростков» предназначена для подростков образовательных учреждений. Программа направлена на формирование у подростков адекватной самооценки, сопротивления давлению сверстников, умения сказать «нет», повышение ответственности за свое поведение, профилактику аддиктивного(зависимого от ПАВ), делинквентного (допротивоправного) поведения.

Представленный в программе системный подход работы позволяет сформировать у подростков адекватную самооценку, выработать позитивные жизненные цели, мотивацию к их достижению, снизить потребности в самоутверждении посредством демонстративного отклоняющегося поведения, развить саморегуляцию и способность к планированию своих поступков.

Программа рассчитана на 11 занятий.

Продолжительность занятий: 1 академический час.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.**

**Цель:** повышение ответственности за свои поступки, выработка позитивных жизненных целей, развитие саморегуляции и способности к планированию поступков.

### **Задачи:**

формировать адекватную самооценку у подростков, снизить потребности в самоутверждении посредством демонстративного отклоняющегося поведения;

формировать сопротивление давлению сверстников, умения сказать «нет», обучить адекватным способам эффективного разрешения конфликтных ситуаций;

повысить правовую грамотность и ответственность за свое поведение;

выработать позитивные жизненные цели и мотивацию к их достижению.

## Модули программы и их содержание

Модули	Занятия	Форма контроля
Информационно-диагностический (знакомство, диагностика)	1. «Знакомство»	Тест, опросник, заключения
Коммуникативные навыки подростков	2. «Мои сильные и слабые качества» 3. «Модели поведения» 4. «Моя позиция»	Наблюдение, рефлексия
Профилактика асоциального поведения подростков	5. «Мои права» 6. «Наши поступки» 7. «Конфликты» 8. «Как противостоять влиянию» 9. «Наркотики-дело личное» 10. «Алкоголь»	Наблюдение, рефлексия
Завершающий (диагностика, подведение итогов, обратная связь)	11. «Жить без правил нельзя»	Тест, опросник, заключения

## Учебно-тематический план занятий

Темы занятий	Цель, задачи	Количество учебных часов
1 блок «Развитие коммуникативных навыков подростков»		
Занятие 1. «Знакомство»	Знакомство, установление контакта, создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия, развитие умения заявлять о себе, первичная диагностика	1
Занятие 2. «Мои сильные и слабые качества»	Формирование адекватной самооценки у подростков, навыков самораскрытия, развитие умения находить положительные качества в других людях	1

Темы занятий	Цель, задачи	Количество учебных часов
Занятие 3. «Модели поведения»	Осознание причин выбора модели поведения в различных ситуациях, развитие умения понимать себя и других людей по поведению, развитие навыка справляться с проблемами поведения, развитие способности сохранять спокойствие в стрессовой ситуации	1
Занятие 4. «Моя позиция»	Формирование навыков определения своей позиции в затруднительных ситуациях, формирование навыков достойного отказа, обучение навыку отличать позицию жертвы от позиции ответственности	1
2 блок «Тренинг по профилактике асоциального поведения подростков»		
Занятие 5. «Мои права»	Формирование доверительной атмосферы, создание на основе представлений обучающихся собирательного образа современного подростка, знакомство с основными международными и государственными законами, защищающими права несовершеннолетних	1
Занятие 6. «Наши поступки»	Формирование навыков саморегуляции, обнаружение зависимости поступков от эмоционального состояния человека, создание предпосылок к формированию навыков управления своим поведением, знакомство с правовой ответственностью несовершеннолетних	1
Занятие 7. «Конфликты»	Формирование представлений о сущности конфликтов и способах разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с правовыми нормами в отношении ответственности за нанесение морального и физического ущерба	1

Темы занятий	Цель, задачи	Количество учебных часов
Занятие 8. «Как противостоять влиянию»	Выработка умения противостоять негативному влиянию группы, формирование навыков аргументированного отказа в ситуации выбора, знакомство с ответственностью за групповые правонарушения	1
Занятие 9. «Наркотики-дело личное»	Развитие навыков, позволяющих отказаться от предложения попробовать наркотики или токсические вещества, стимуляция переживания негативного опыта утрат человека, практикующего рискованное поведение (употребление наркотиков), и его близких в безопасных для подростков условиях, знакомство с правовой ответственностью за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных средств	1
Занятие 10. «Алкоголь»	Выработка навыков, позволяющих отказаться от употребления алкоголя, осознание своего поведения в ситуации запрета, знакомство с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения	1
Занятие 11. «Жить без правил нельзя»	Повышение самооценки подростков, формирование способности к позитивным изменениям негативных черт характера и достижению позитивных жизненных целей, повторная диагностика, подведение итогов, рефлексия полученного опыта	1
<b>Всего по программе:</b>	<b>11</b>	

## Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Содержание		Количество часов
1	<p>Занятие 1. Знакомство</p> <p>Цель, задачи: знакомство, установление контакта, создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия, развитие умения заявлять о себе, первичная диагностика</p>	<p>Упражнение - активатор «Мое имя»</p> <p>Упражнение «Мое объявление»</p> <p>Упражнение «Ощущение собственного веса»</p> <p>Упражнение «Остров»</p> <p>Упражнение «Автопортрет»</p> <p>Проведение первичной диагностики:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Тест «Склонность к девиантному поведению» Леус Э.В., Соловьев А.Г.;</li> <li>- Опросник «Диагностика общей самооценки личности» Казанцева Н.Г.</li> </ul>		1
2	<p>Занятие 2. Мои сильные и слабые качества</p> <p>Цель, задачи: формирование адекватной самооценки у подростков, навыков самораскрытия, развитие умения находить положительные качества в других людях</p>	<p>Психогимнастическое упражнение - активатор «Два хлопка»</p> <p>Упражнение «Рассказ от имени»</p> <p>Упражнение «Комплимент»</p> <p>Упражнение «Мои качества»</p> <p>Упражнение «Вырази эмоцию»</p>		1
3	<p>Занятие 3. Модели поведения</p>			1

<p>Цель: осознание причин выбора поведения в различных ситуациях, развитие умения понимать себя и других людей по поведению, развитие навыка справляться с проблемами поведения, развитие способности сохранять спокойствие в</p>	<p>Упражнение - активатор «Кулак» Упражнение «Характеристики героев» Упражнение «Проблемы поведения» Упражнение «Спокойствие» Упражнение «Роль»</p>		
---	---	--	--

№ п/п	Тема	Содержание	Количество часов	Форма контроля
4	<p>Занятие 4. Моя позиция</p> <p>Цель: формирование навыков определения своей позиции в затруднительных ситуациях, формирование навыков достойного отказа, обучение навыку отличить позицию жертвы от позиции ответственности</p>	<p>Упражнение - активатор «Любопытный»</p> <p>Упражнение «Уверенное поведение»</p> <p>Упражнение «Скажи «Нет»»</p> <p>Упражнение «Багаж»</p>	1	Наблюдение, рефлексия
<p>2 блок «Тренинг по профилактике асоциального поведения подростков»</p>				
5	<p>Занятие 5. Мои права</p> <p>Цель: формирование доверительной атмосферы, создание на основе представлений обучающихся собирательного образа современного подростка, знакомство с основными международными и государственными законами, защищающими права несовершеннолетних</p>	<p>Упражнение - активатор «Разделение по признаку»</p> <p>Мозговой штурм «Портрет современного подростка»</p> <p>Групповая дискуссия «Мои права»</p> <p>Информационно-правовая часть «Конвенция о правах ребенка»</p>	1	Наблюдение, рефлексия

6	<p>Занятие 6. Наши поступки</p> <p>Цель: формирование навыков саморегуляции, обнаружение зависимости поступков от эмоционального состояния человека, создание предпосылок к формированию навыков управления своим поведением, знакомство с правовой ответственностью</p>	<p>Упражнение - активатор «Ассоциации»</p> <p>Упражнение «Эмоции-поступки»</p> <p>Упражнение «Управляй собой»</p> <p>Групповая дискуссия «Может ли несовершеннолетний привлекаться к правовой ответственности»</p> <p>Информационно-правовая часть</p> <p>«Правовая ответственность несовершеннолетнего»</p>	1	Наблюдение, рефлексия
---	--	--	---	-----------------------

	несовершеннолетних			
№ п/п	Тема	Содержание	Количество часов	Форма контроля
7	<p>Занятие 7. Конфликты</p> <p>Цель: формирование представлений о сущности конфликтов и способах разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с правовыми нормами в отношении ответственности за причинение морального и физического ущерба</p>	<p>Упражнение - активатор «Толкачи»</p> <p>Упражнение «Встреча на узком мосту»</p> <p>Упражнения «Конфликтные ситуации»</p> <p>Групповая дискуссия «Ответственность за исход конфликта»</p> <p>Информационно-правовая часть</p> <p>«Статьи законодательства, определяющие ответственность за причинение вреда здоровью»</p> <p>III этап - Рефлексия.</p>	1	Наблюдение, рефлексия
8	<p>Занятие 8. Как противостоять влиянию</p> <p>Цель: выработка умения противостоять негативному влиянию группы, формирование навыка аргументированного отказа в ситуации выбора, знакомство с ответственностью за групповые правонарушения</p>	<p>Упражнение - активатор «Пианино»</p> <p>Упражнение «Отказ»</p> <p>Групповая дискуссия «Что такое влияние и кто отвечает в толпе»</p> <p>Информационно-правовая часть</p> <p>«Ответственность за групповые правонарушения»</p>	1	Наблюдение, рефлексия

--	--	--	--	--	--

№ п/п	Тема	Содержание	Количество часов	Форма контроля
9	<p>Занятие 9. Наркотики - дело личное</p> <p>Цель: стимуляция переживания негативного опыта «ударов судьбы», ограничений свободы, утрат человека, практикующего рискованное поведение (наркозависимое поведение) и его близких в безопасных для подростков условиях, знакомство с правовой ответственностью за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных средств</p>	<p>Упражнение «Жернова»</p> <p>Упражнение «Путь утрат»</p> <p>Информационно-правовая часть</p> <p>«Ответственность несовершеннолетних за хранение и сбыт наркотиков и психотропных веществ»</p>	1	Наблюдение, рефлексия
10	<p>Занятие 10. Алкоголь</p> <p>Цель: выработка навыков, позволяющих отказаться от употребления алкоголя, осознание своего поведения в ситуации запрета, знакомство с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения</p>	<p>Упражнение - активатор «Поменяйтесь местами те, кто..»</p> <p>Упражнение «Запретный плод»</p> <p>Мозговой штурм «Зачем люди употребляют алкоголь»</p> <p>Групповая дискуссия «Алкоголь и ответственность»</p> <p>Информационно-правовая часть</p> <p>«Ответственность за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения»</p> <p>Упражнение «Скажи «Нет»».</p>	1	Наблюдение, рефлексия

№ п/	Тема	Содержание	Коли-	Форма
------	------	------------	-------	-------

п			чество часов	контроля
11	<p>Занятие 11. Жить без правил нельзя</p> <p>Цель: повышение самооценки подростков, формирование способности к позитивным изменениям негативных черт характера и достижению позитивных жизненных целей, повторная диагностика, подведение итогов, рефлексия полученного опыта</p>	<p>Упражнение - активатор «Пойми меня»</p> <p>Упражнение «Сказка»</p> <p>Групповая дискуссия «Можно ли жить без правил»</p> <p>Упражнение «Изменение в образе подростка»</p> <p>Проведение повторной диагностики:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Тест «Склонность к девиантному поведению» Леус Э.В., Соловьев А.Г.;</li> <li>- Опросник «Диагностика общей самооценки личности» Казанцева Н.Г.</li> </ul> <p>Упражнение «Багаж»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Рефлексия «Что изменилось во мне»</li> </ul>	1	Тест, опросник, заключения
		Всего	11 часов	

### Ожидаемые результаты реализации программы

Ожидаемыми результатами проведения данной программы станут:  
 Формирование умений и навыков в области межличностного взаимодействия:

- у подростков сформируется адекватная самооценка;
- снизится потребность в самоутверждении посредством демонстративного отклоняющегося поведения;
- сформируется способность к планированию своего поведения и прогнозу разрешения конфликтных ситуаций;

повысится правовая грамотность и ответственность за свое поведение

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. СПб., 2010.
2. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения. М., 2016.
3. Грецов А.Г. Тренинг компетентности в общении (для подростков). - СПб., 2011.
4. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. - СПб., 2015.
5. Истратова О.Н. Практикум по психокоррекции: игры, упражнения, техники. – Ростов н/Д., 2012.
6. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка. -СПб., 2007.
7. Рудякова О.Н. Развитие культуры общения в подростковой среде. - М., 2011.

