

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ № 18  
О.В. Фимина  
Приказ № 27 от 16.01.2025г.

**ПРОГРАММА**  
**профилактической и коррекционной работы по профилактике**  
**антивитального поведения детей и формированию навыков**  
**жизнестойкости обучающихся**  
**на 2025 год**

Программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению деструктивного антивитального поведения и помощь и поддержка обучающихся разных возрастных групп в МАОУ СОШ № 18.

Данная программа психологической поддержки направлена на то, чтобы помочь ее участникам глубже узнать свои личностные особенности, оценить и применить свои возможности, а также привлечь ресурсы ближайшего окружения, специалистов для решения своих кризисных ситуаций.

Антивитальное поведение – это поведение, направленное против биологических потребностей человека; может носить характер пассивного и ненамеренного размышления и / или рискованных в отношении здоровья мыслей и действий, напрямую не связанных с намерением свести счеты с жизнью.

Под понятием психологической помощи детям и подросткам с деструктивным антивитальным поведением мы понимаем системный подход, позволяющий выявить и предупредить негативные эмоциональные проявления и антивитальное поведение, включающий в себя психодиагностику, психопрофилактику и психокоррекцию.

Программа реализуется в течение учебного года, проходит в 3 этапа: **диагностический, развивающий и консультативный.**

Основным в построении концепции психологической помощи детям и подросткам с деструктивным антивитальным поведением имеют положения ряда теорий: личностные особенности развития детей (Л.С.Выготский, Л.С.Собчик) и процессы социализации. Методологическими основаниями профилактической программы стали работы А.Г. Холмогоровой, Н.Г. Гаранян о многомерной модели психологического здоровья личности.

Программа рассчитана на реализацию психологического воздействия в рамках двух блоков: первый блок разработан для непосредственной работы с несовершеннолетними по укреплению жизненной позиции. Второй блок включает набор информации для группового и индивидуального консультирования педагогов и родителей (законных представителей), памятки по профилактике жестокого обращения с детьми. Программа содержит набор психопрофилактических и психокоррекционных методик и упражнений и мероприятий, позволяющих варьировать меры воздействия на несовершеннолетних, в зависимости от их личностных особенностей, образовательного уровня, наличия деструктивного поведения и других факторов с учетом необходимого, возможного, эффективного времени работы.

**Общая профилактика** негативных эмоциональных проявлений и антивитального поведения в школе заключается в сплочении коллективов, оптимизации социально-психологического климата.

**Первичная профилактика** проводится, когда у подростков есть три и более факторов антивитального риска: повышенная тревожность, нарушена адаптация, заниженная самооценка, агрессивность, неуверенность в себе и т.п. Цель профилактики – поддержать детей, помочь отреагировать эмоции, реабилитация Я-образа подростков, «Познай себя» и «Тропинка к своему Я»

**Вторичная профилактика** антивитаьного поведения направлена на работу с детьми в трудных жизненных ситуациях, чаще применяется индивидуально по отдельным разработанным программам.

**Третичная профилактика** предлагает мероприятия, направленные на снятие или уменьшение антивитаьных проявлений. Применяется чаще метод беседы.

Профилактическая работа должна быть направлена на осмысление ценности человеческой жизни. Учителя и родители (законные представители) должны быть готовы грамотно реагировать на деструктивное поведение детей и подростков (не критиковать), знать причины возможного проявления антивитаьного поведения (низкая самооценка, негативные высказывания и т.д.), оценить риск и ресурсность.

Новизна программы заключается в том, что основным в программе является оценка личностного отношения ребенка к жизни, ситуации. Профилактика и коррекция деструктивного антивитаьного поведения детей и подростков происходит через раскрытие их внутренних и внешних ресурсов, формирования целеполагания и развития временной перспективы, построения жизненного плана (ДЖП).

**Цель программы**- профилактика деструктивного и антивитаьного поведения у детей и подростков.

**Для достижения цели были поставлены задачи**

1. Выявить и изучить особенности поведения у детей и подростков
2. Повысить социально-психологические компетентности подростков.
3. Развить способности производить значимые изменения в своей жизни, способности адекватно и наиболее полно познавать себя и других людей, адекватно реагировать на происходящее.
4. Помочь овладеть приемами межличностного взаимодействия, навыками релаксации.
5. Раскрыть внутренние и внешние ресурсы детей и подростков.

#### **Основные методы программы**

1. Позитивная динамическая терапия (техники использования психотерапии и самопомощи, психодрамы снимают напряжение, страх, позволяют быстро адаптироваться в коллективе).
2. Метод беседы (позволяет развивать мышление, речь, общую осведомленность).
3. Арт-терапия и БОС-терапия (позволяет дать выход эмоциям, стимулирует психологические процессы).
4. Аутотренинг (направлен на снятие эмоционального напряжения, на закрепление пройденного материала).
5. Метод релаксации (направлен на снятие эмоционального напряжения).

#### **Этапы групповой работы с детьми и подростками**

##### **1. Мотивирующий этап – подготовительный**

**Цель:** замотивировать детей и подростков на участие в развивающих занятиях, с помощью которых они смогут узнать о своем эмоциональном мире, о своем поведении, своих возможностях и о поведении окружающих людей. Провести психодиагностику.

## **2. Этап работы в эмоциональной сфере**

**Цель:** научить школьников понимать свои эмоции, переживания. Помочь научить конструктивному самоутверждению.

Работа с обучающимися направлена на формирование гармоничного контакта со средой и окружающими людьми и на раскрытие внутреннего потенциала, психических особенностей, веры в свои силы, формирование временной перспективы.

## **3. Этап работы в когнитивной сфере**

**Цель:** помочь детям осознать связь негативного мышления и эмоций. Обучить гибким, позитивным способам мышления.

Работа группы проходит в когнитивно-экзистенциальном направлении, направленном на осознание смысла жизни, ее ценности как таковой, возможности самораскрытия в любви к близким людям, творчестве, помощи окружающим, выборе профессии.

### **Технологии, методики, инструментарий, которые используются в процессе реализации программы**

Методики, используемые психологами для определения антивитаальных наклонностей и повышенной тревожности у несовершеннолетних:

- \* Методика «Многомерная оценка детской тревожности» (МОДТ). Е. Е. Ромицына (Малкова)
- \* Шкала тревожности Сирса × Методика Диагностики тревожности Прихожан
- \* Тест школьной тревожности Филлипса
- \* Проективные методики: Методика незаконченных предложений, Цветовой тест Люшера, «Моя семья», «Методика несуществующего животного»
- \* Опросник Айзенка «Самооценка психических состояний личности»
- \* Опросник суицидального риска (ОСР) А.Г. Шмелева (индивидуально)
- \* Тест Сильвера

В результате диагностируется уровень эмоционального состояния у подростков по следующим шкалам: состояние уровня депрессии; состояние суицидального риска; акцентуации характера. Для профилактики деструктивного поведения, нас интересует - **состояние субдепрессии, повышенной тревожности, низкой адаптации.**

Одним из основных направлений работы психологической службы школы - это работа с обучающимися «группы риска», находящимися на особом контроле или состоящих на внутришкольном учете. Причинами поставки на учет может быть: депрессивность, астеничность, непродуктивная деятельность, повышенная конфликтность, гиперактивность, трудность концентрации внимания и др. С каждым обучающимся в рамках психологического сопровождения, обозначается проблема и намечаются пути

разрешения, планируется система мероприятий, направленный на преодоление неуспешности ребенка, отслеживается динамика. Особое внимание мы уделяем детям с высоким уровнем тревожности. Индивидуальная и групповая диагностика направлена на выявление причин постановки на учет. Осуществляется диагностика тревожности (мониторинг):

- начальная школа - Проективная методика «Рисунок несуществующего животного»;
- 5-9 классы: Методика диагностики тревожности Прихожан, Модифицированный опросник детской тревожности, далее МОДТ;
- 10-11 классы: МОДТ

Цель мониторинга: Определить уровень тревожности в различных ситуациях.

Выделяем группу «тревожных» детей. Далее, в рамках индивидуальной консультации, выясняем причину высоких баллов, личная ли это или ситуативная тревожность. После тестирования с каждым подростком, попавшим в «группу риска» проводится частично стандартизированная беседа и наблюдение.

### **Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы**

Отказ родителей (законных представителей) от диагностики эмоционального состояния обучающегося и от психологической работы с ним (перед обследованием подростков родители (законные представители) дают письменное согласие на психодиагностику и занятия с подростком, в том числе и коррекционные).

Личный отказ (нежелание) подростка участвовать в групповых занятиях. В случае отказа, подростку предлагается индивидуальная форма работы, при категорическом отказе педагог-психолог даёт необходимые рекомендации подростку и его родителям (законным представителям), а также ведёт наблюдение за учащимся с целью определения дальнейших действий.

### **Ожидаемый результат**

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с отклонениями в поведение и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде.

Достоинства настоящей программы:

- Возможность для психологического раскрепощения школьников, для формирования навыков и приемов, способствующих самовыражению каждого ученика.
- Возможность для оказания помощи классному руководителю, учителю предметнику строить учебно-воспитательную работу в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей обучающихся.
- Создание условий для своевременной корректировки выявленных психологических проблем.
- Направления работы с родителями (законными представителями) обучающихся «группы риска» по профилактике:

- систематическое разностороннее педагогическое просвещение родителей (законных представителей), т.е. ознакомление их как с основами теоретических знаний, так и с практикой работы с обучающимися;
- привлечение родителей (законных представителей) к активному участию в учебно-воспитательном процессе;
- формирование у родителей (законных представителей) потребности в самообразовании.

Профилактическая работа строится со всеми участниками образовательного процесса.

**Планирование работы по организации профилактических мероприятий,  
направленных на выявление и коррекцию негативных проявлений и кризисных  
состояний обучающихся**

**2025 год**

	Сроки проведения	Название мероприятия	Предполагаемый результат	Ответственный
1.	В течение года	Выявление «группы риска» обучающихся, с негативными эмоциональными проявлениями и антивитальными настроениями, а так же обучающихся, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	Анализ психофизиологического состояния обучающихся, оказание экстренной психологической помощи	Е.С.Абзалтдинова, педагог- психолог
2.	Январь 2025 г.	Разработка плана мероприятий по программе профилактики негативных проявлений и кризисных состояний детей и подростков	Психологическое сопровождение детей «группы риска», предотвращения и профилактики негативных проявлений	Е.С.Абзалтдинова, педагог- психолог
3.	Октябрь 2025 г.	Организация мероприятий, посвященных Дню психологического здоровья	Развитие самопознания, формирование системы ценностей здорового образа жизни и сохранению, укреплению психологического здоровья обучающихся	Классные руководители 1-11 классов
4.	в течение года	Родительский онлайн клуб «Задай вопрос психологу»	Информирование родителей (законных представителей) по интересующим их вопросам по воспитанию детей, их мотивации и преодолению кризисных периодов в развитии	Е.С.Абзалтдинова, педагог- психолог
5.	Октябрь 2025 г.	Организация социально-психологического тестирования	Выявление обучающихся, склонных к рисковому поведению, употреблению ПАВ и др.	О.Н. Дуна, заместитель директора по учебно-воспитательной

				работе, классные руководители, Е.С. Абзалтдинова, педагог- психолог, Т.А. Шмараева, учитель информатики
6.	в течение года	Индивидуальные консультации с обучающимися «группы риска» и родителями (законными представителями) обучающихся	Оказание психологической помощи в кризисной ситуации	Е.С. Абзалтдинова, педагог- психолог
7.	в течение года	Наблюдение за обучающимися «группы риска» на уроке и во внеурочное время	Оказание психологической помощи по запросу	Е.С.Абзалтдинова, педагог- психолог, В.Н. Попова, социальный педагог
8.	Март 2025 г.	Проведение методики исследования эмоционально личностной сферы детей школьного возраста	Выявление уровня эмоционально волевой сферы детей, наличие агрессии, её направленности и интенсивности	Е.С.Абзалтдинова, педагог- психолог
9.	в течение года	Наблюдение за психоэмоциональным состоянием детей в целях профилактики расстройств эмоционального спектра	Отслеживать психоэмоциональное состояние детей в целях предупреждения негативных проявлений	Классные руководители, В.Н. Попова, социальный педагог, Е.С. Абзалтдинова, педагог- психолог
10.	в течение года	Проведение психодиагностических мероприятий по запросу с использованием рекомендуемых методик для выявленных обучающихся группы эмоционального риска	Планирование коррекционной работы с целью нормализации состояния, проработки чувств, снижения и предотвращения негативных последствий для психики ребенка.	Е.С.Абзалтдинова, педагог- психолог
11.	Ноябрь 2025 г.	Анализ социально-психологического тестирования, направленного на раннее выявление немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ.	Выявление групп степени риска. Организация психологического сопровождения с данной категорией обучающихся	Е.С.Абзалтдинова, педагог- психолог
12.	Март-апрель 2025 г.	Диагностика уровня тревожности обучающихся 9-х, 11-х классов при	Выявление детей с высокой тревожностью. Выявление причин	Е.С.Абзалтдинова, педагог- психолог

	подготовке к сдаче ГИА и ЕГЭ 1.Тест на тревожность Спилбергера 2. Диагностика «психологической готовности выпускников к сдаче экзаменов ОГЭ и ЕГЭ»	стрессоустойчивости Выработка рекомендаций классным руководителям. Ознакомление педагогов с результатами диагностики.	
--	--	---	--

**Система профилактических мероприятий психологического сопровождения, направленных на взаимодействие с обучающимися и их родителями (законными представителями) с целью предотвращения нежелательного поведения и преодоление неуспешности в различных видах деятельности.**

**С обучающимися**

Формирование коммуникативных компетенций: осознание, принятие, отреагирование чувств, актуализация ресурсов, формирование совладающего поведения мотивационной сферы обучающегося, развитие самопознания. Профилактика психоэмоционального состояния детей, в целях предупреждения негативных проявлений.

Название мероприятия	Сроки проведения:	Предполагаемый результат:
1.Индивидуальные консультации с обучающимися группы риска	В течение года (не реже 1 раза в месяц)	Работа с проблемой. Нахождение путей разрешения. Оптимизация учебной деятельности, гармонизация личностной и волевой сферы
2. Тренинг «Конфликты и пути из разрешения»	Апрель, декабрь 2025 года	Формирование навыков умения общаться, поддерживать дружеские связи и конструктивно разрешать конфликты; организация активной деятельности
3. Наблюдение за ребенком в процессе образовательной деятельности.	В течение года	Контроль динамики развития мотивационной сферы обучающегося, произвольной регуляции деятельности, коммуникативных навыков.
4. Занятия для обучающихся 9-11 классов по профилактике употребления ПАВ - « Подросток и наркотики» - « Страдания от кибермании» « Влияние на здоровье	Январь-март 2025	Снижение риска употребления ПАВ, повышение психологической культуры подростков, осмысление необходимости бережного отношения к здоровью



личности аддиктивного поведения»		
5. 3.Развивающая работа в группе: пролонгированные групповые занятия по отдельному плану Классный час для обучающихся «Мы рядом»	В течение года	Развитие коммуникативной компетенции через участие в мероприятиях по сплочению класса, развитие мотивационной сферы обучающегося, развитие самопознания, развитие высших психических функций. Предоставление информации о ресурсах помощи
6. Индивидуальная и групповая диагностика (по запросу)	В течение года	Получение информации о возможностях адаптации обучающихся к изменяющимся условиям обучения, о выраженности темперамента и характера в картине поведения школьника, о возможностях компенсировать слабые стороны своего характера средствами осознанной саморегуляции
7.Посещение уроков с целью наблюдения за процессом адаптации, социализации	В течение года	Определение эмоционального самочувствия на уроке, взаимодействием учителя и ученика.
8.Индивидуальная проектная и исследовательская деятельность	В течение года	Формирование интереса к самопознанию, расширению психологических знаний. Осознанная работа по теме проекта или исследования. Выбор темы, теоретический обзор, организация эмпирического исследования.
9.Социальный проект «Толерантный мир вокруг нас»	12-16 ноября 2025 года, далее в течение года	Привлечение ребенка к активному участию в социальных проектах, направленных на служение обществу, формирование толерантного отношения к людям, отличных от других.
10.Тренинг «Экзамен и стресс»	Апрель-май 2025 г.	Обучение навыкам саморегуляции, снижение эмоционального напряжения при подготовке

		и сдаче экзаменов.
11. Работа по индивидуальному запросу родителя (законного представителя) или педагога	В течение года	Определить индивидуальную траекторию развития. Динамика развития

### **С учителем, классным руководителем**

Формирование у педагогов знаний о подростках группы эмоционального риска, о соблюдении конфиденциальности информации, индивидуальном подходе в процессе обучения, о создании ситуации успеха, об учете особенностей личности подростка, об акцентуациях характера, о педагогической поддержке и обучении их способам воздействия на поведение ребенка.

Название мероприятия	Сроки проведения:	Предполагаемый результат:
1. Индивидуальные консультации с учителями-предметниками	В течение года	Рекомендации по вопросам взаимодействия с ребенком. Оптимизация учебной деятельности, гармонизация личностной и волевой сферы
2. Индивидуальные консультации с классным руководителем	В течение года	Рекомендации по вопросам взаимодействия с ребенком. Выяснение причин нежелательного поведения .
3. Психологическое просвещение учителей и классных руководителей Семинар для классных руководителей: «Профилактика социальных рисков»	В течение года	Информирование педагогов о возрастных и индивидуальных особенностях детей и подростков.
4. Консультации для учителей- предметников. Памятка «Как не допустить суицид у подростков»	В течение года	Объяснение особенностей поведения данного ребенка, акцент на недоформированности произвольных процессов и особенностях личности
5. Посещение уроков с целью наблюдения за эмоциональным взаимодействием учителя и ученика	В течение года	Определение эмоционального самочувствия на уроке, взаимодействием учителя и ученика. Наблюдение за ребенком в процессе УД. Отслеживание динамики развития
6. Работа по индивидуальному запросу педагога или	В течение года	Определение индивидуальной траектории развития,

администратора		динамики развития
----------------	--	-------------------

### **С родителями (законными представителями)**

Взаимодействие со школой в интересах ребенка и с информирования родителей (законных представителей) о психологических особенностях подросткового и юношеского возраста, особенностях поведения подростка, создании безопасной психологической атмосферы в семье

Название мероприятия	Сроки проведения:	Предполагаемый результат:
1.Индивидуальные консультации для родителей (законных представителей) ребенка	В течение года	Информирование родителей (законных представителей) о динамике развития обучающегося в процессе обучения в школе. Выяснение семейной ситуации развития ребёнка
2. Родительские собрания и консультации на тему: «Подростковые риски» онлайн-встречи: «Кризисные состояния детей и подростков» «Как избавиться от стресса. Управление стрессом. Признаки и симптомы стресса» «Ложь и доверие в семье» и др.	В течение года	Психологическое просвещение родителей (законных представителей) в форме лекций, семинаров и др.
3.Консультации для родителей (законных представителей), (по запросу)	В течение года	Определение проблемы. Отслеживание динамики развития ситуации. Рекомендации.
4.Работа с родителями(законными представителями) Проработка проблемы в рамках темы «Как разобраться в чувствах подростка» и др.	Февраль-май 2025 г.	Привлечение родителей (законных представителей) на занятия, для лучшего понимания проблем ребенка, что с ним происходит, что он чувствует и как помочь ему в различных жизненных ситуациях.
5. Работа по индивидуальному запросу родителей (законных представителей)	В течение года	Помощь в решении проблемы. Информирование об особенностях развития поведения и способов выхода из проблемной ситуации
6.Размещение информации на сайте в виде памяток для родителей (законных	В течение года	Информирование родителей (законных представителей) об

представителей). «Как не допустить суицид у подростков»		особенностях в поведении , на которые они прежде всего должны обратить внимание
7.Размещение информации на сайте в виде памяток, лекций, вебинаров, статей для родителей (законных представителей)	В течение года	Психологическое просвещение родителей (законных представителей) в форме теоретического подбора памяток, лекций, с целью охарактеризовать возрастные особенности ребенка а так же , эмоциональные, интеллектуальные и личностные