

Тамбовское областное государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Железнодорожный колледж им. В.М. Баранова»

Утверждаю

Директор ТОГБПОУ
«ТОГБПОУ «Железнодорожный колледж
им. В.М. Баранова»
П.Е. Макаров

**Программа социально-педагогического сопровождения
студентов «группы риска» на 2024 - 2025 учебный год
«Протяни руку помощи»**

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа социально — педагогического сопровождения студентов «группы риска» на 2024-2025 учебный год
Наименование учреждения	ТОГБПОУ «Железнодорожный колледж им.В.М. Баранова»
Автор-составитель:	Педагог – психолог Воеводина С.Ю.
Цель программы	социально-педагогическое сопровождение обучающихся, состоящих на профилактическом учете колледжа и в «группе риска»
Задачи программы	1 Оптимизация взаимодействий в системе «педагог-студент»; 2 Коррекция агрессивного поведения; 3Формирование положительной нравственной направленности личности; 4 Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения; 5Формирование навыков самопознания, самораскрытия, устойчивой «ЯКонцепции», уверенности в себе; 6 Обучение способам саморегуляции, релаксации; 7 Обучение способам выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально-приемлемых формах.
Объект психолого-педагогического сопровождения	Педагоги, студенты колледжа.
Направления программы	1. Диагностика личности подростков; 2. Работа с педагогами; 3. Коррекционно-развивающая работа с подростками.
Срок проведения	2024-2025 уч. год
Ожидаемые результаты	Повешение уровня социально-психологической адаптации студентов группы риска.
Исполнители программы	Администрация и педагогический коллектив ТОГБПОУ «Железнодорожный колледж им. В.М. Баранова»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Студенты «группы риска» – это прежде всего студенты колледжа с девиантным поведением. Под девиантным поведением понимают устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности и сопровождающееся ее социальной дезадаптацией. К основным видам девиантного поведения относятся агрессивное, делинкветное, зависимое и суицидальное поведение. Форма проявления девиантного поведения зависит от индивидуальных особенностей, внешнего физического и социальных условий, а главное от возраста человека. Достаточно часто учащихся данной группы определяют как трудновоспитуемых, или трудных. Само слово трудновоспитуемость указывает на затруднения в воспитании, формировании личности подростка, на его неспособность или нежелание усваивать педагогические воздействия и активно на них реагировать. Трудновоспитуемый подросток – это прежде всего тот, кто оказывает активное сопротивление воспитанию, выражает неуважение, недоверие к педагогу, проявляет негативизм к педагогическому процессу, провоцирует и создает предпосылки для конфликтных ситуаций. Трудновоспитуемость может проявляться как результат возрастного кризиса развития подростка, неумения найти индивидуальный подход к нему или как следствие дефекта психического и социального развития, а также педагогических ошибок.

Проблема социализации трудного подростка в условиях колледжа является мало исследованной и особенно актуальной, так как численность трудных учащихся неуклонно растет.

Психолого-педагогические исследования позволили выявить ряд специфических эмоционально-личностных особенностей учащихся группы риска: несформированность основных коммуникативных умений и навыков, неумение соблюдать социальную дистанцию в общении со взрослым, эмоциональная неустойчивость, неумение распознавать эмоциональные состояния окружающих людей, острая потребность в защите значимого взрослого человека, отсутствие системы ценностно-нравственных представлений, повышенная враждебность к окружающим взрослым, ярко выраженные реакции протеста в сложившихся условиях, отсутствие самоанализа, рефлексии, трудности в выражении собственных чувств.

Проблемы в воспитании и обучении этих подростков связаны с их повышенной возбудимостью, импульсивностью, отсутствием самоконтроля в двигательной и эмоциональной сфере, конфликтностью, упрямством, негативизмом, агрессивностью по отношению ко взрослым и сверстникам, несоблюдением норм и правил поведения.

В группу риска по возникновению социальной дезадаптации входят в основном учащиеся колледжа от 15 до 18 лет. Основной особенностью данного возрастного периода является появление «чувства взрослости», желание автономности и независимости, противопоставлению себя миру взрослых, что выражается в нарушении правил, требований и запретов, вербальной агрессии

по отношению к взрослым. Бурный физический рост и гармональное развитие обуславливает эмоциональную неустойчивость большинства подростков. Ведущей деятельностью становится общение со сверстниками, авторитетами для подростков являются ровесники. Но в то же время для подростков очень значимо одобрение или порицание старших, в этом возрасте формируется устойчивый образ «Я», самооценка, которая во многом зависит от окружающих как взрослых, так и сверстников.

Проведенное глубокое психологическое изучение подростков «группы риска» позволили определить следующие особенности их эмоционально-личностной сферы: заниженная или завышенная самооценка, отсутствие навыков конструктивного взаимодействия со взрослыми и сверстниками, несформированность нравственных представлений, высокий уровень межличностной и самооценочной тревожности, наличие демонстративных и возбудимых акцентуаций характера, наличие внутреннего напряжения, эмоциональная неустойчивость, отсутствие чувства защищённости, «психологической безопасности», доминирование отрицательных эмоций: грусти, подавленности, обиды, гнева.

Выявленные особенности отражаются в поведении подростков, являясь своеобразным механизмом психологической защиты в сложившейся жизненной ситуации. Они негативно влияют на формирование личности подростков, что препятствует их дальнейшей благоприятной социальной адаптации. В связи с этим необходимо создание и реализация в условиях колледжа программы психолого-педагогического сопровождения с трудных подростков.

Мы исходим из позиции, что подростковый возраст – это тот период развития человека, когда еще можно научить правильному поведению, изменить характер личности. При общении с данной категорией учащихся основным правилом является избегание тона категорических приказов. Доверительные доброжелательные отношения с подростком, обращение к нему «на равных» являются залогом успешного воздействия на личность трудного подростка. Особенности данного возраста необходимо учитывать при построении коррекционно-развивающей работы.

Итак, анализ психолого-педагогических исследований по проблеме девиантного поведения подростков, глубокое изучение личности трудных подростков позволили разработать программу «Психолого-педагогическое сопровождение учащихся «группы риска»».

Цель программы: социально-педагогическое сопровождение обучающихся, состоящих на профилактическом учете колледжа и в «группе риска»

Задачи:

- 1 Оптимизация взаимодействий в системе «педагог-студент»;
- 2 Коррекция агрессивного поведения;
- 3 Формирование положительной нравственной направленности личности;
- 4 Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения;
- 5 Формирование навыков самопознания, самораскрытия, устойчивой «ЯКонцепции», уверенности в себе;
- 6 Обучение способам саморегуляции, релаксации;
- 7 Обучение способам выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально-приемлемых формах.

Реализация перечисленных задач предполагает овладение подростками следующими

знаниями:

1. о методах и приёмах самоанализа, самопознания, самосовершенствования;

2. о приёмах саморегуляции, релаксации;

3. об индивидуально-личностных особенностях;

4. о способах поведения в конфликтных и стрессовых ситуациях;

5. о навыках эффективного взаимодействия с окружающими.

и умениями:

1. применять на практике навыки саморегуляции, самоконтроля, релаксации; овладеть способами выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально приемлемых формах;

2. осознавать, принимать и понимать чувства, эмоции, настроения свои и окружающих людей, проявлять сочувствие, сострадание, эмпатию;

3. овладеть навыками уверенного поведения, бесконфликтного общения;

4. уметь самостоятельно принимать решения в ситуациях нравственного выбора;

5. правильно реагировать в трудных жизненных ситуациях; 6. применять навыки социально-психологической адаптации в современном социуме.

Основные принципы построения и реализации программы.

Методологической основой программы стали принципы структурного, когнитивного, деятельностного и личностно-ориентированного подходов.

К принципам построения содержания программы относятся:

1. единство диагностических и коррекционных мероприятий;
2. учёт психологических и возрастных особенностей учащихся, их социальной ситуации развития;
3. взаимосвязь этапов реализации работы;
4. комплексность и системность коррекционно-развивающей работы

Реализация содержания программы основывается на следующих положениях:

1. гуманизма – утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому ребенку, исключение принуждения и насилия над личностью;
2. конфиденциальности – информация, полученная психологом в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению. Участие обучающихся должно быть сознательным и добровольным;
3. компетентности – психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности;
4. ответственности – психолог заботится, прежде всего, о благополучии учащихся и не использует результаты работы им во вред.

Формы организации работы с подростками.

1. Групповая деятельность – социально-психологические тренинги и занятия-беседы, круглый стол, работа в группах, групповые консультации, психодиагностика. Особенностью занятий является дискуссионный характер общения с подростками, способствующий возникновению доверительной атмосферы, что позволяет ведущему затрагивать сложные темы, которые обычно подростки обсуждают только между собой, получая искажённую, противоречивую информацию. Доверительные отношения побуждают подростков открыто высказывать свои мысли, выражать свои чувства, что позволяет ведущему эффективно воздействовать на сознание подростков в процессе проведения занятий.
2. Индивидуальная коррекционная работа с подростками – личные беседы, игры и упражнения, психодиагностика. Потребность в одиночестве присуща всем подросткам и необходима для развития личности, самосознания в этом возрасте.. Таким образом, наряду с групповыми формами работы необходимо предусмотреть и индивидуальные формы работы .
3. Консультативная работа с педагогическим коллективом с целью оптимизации взаимодействий в системе «педагог-студент».

Основные направления работы.

1. Диагностика личности подростков;
2. Работа с педагогами;
3. Коррекционно-развивающая работа с подростками.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ: ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ ГРУППЫ РИСКА.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Направление (этап)	Задачи	Срок	Мероприятия психологической коррекции
1. Диагностическое	Сбор информации об индивидуально-психологических особенностях подростков	Сентябрь - октябрь	Диагностические исследования по экспериментальным методикам программы.
	Составление плана работы с подростком	Октябрь	Разработка планов индивидуального сопровождения.
2. Работа с педагогами	Информирование об индивидуально-психологических особенностях подростка	Октябрь	Составление психологических карт. Разработка рекомендаций для педагогов. Консультации.
	Обучение приемам конструктивного общения с подростками.		
3. Коррекционно-развивающее	Коррекция агрессивного поведения	Ноябрь-декабрь	Групповые психологические тренинги.
	Формирование положительной нравственной направленности	Январь-февраль	Этические беседы.
	Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения	Март-апрель	Групповые психологические тренинги.
	Формирование навыков самопознания, самораскрытия, устойчивой «ЯКонцепции», уверенности в себе	В течение года по индивидуальным планам	Индивидуальная работа.

	Обучение способам выплёскивание гнева и негативных эмоций в социальноприемлемых формах	В течение года по индивидуальным планам	Индивидуальная работа.
	Обучение способам релаксации и саморегуляции	В течение года по индивидуальным планам	Индивидуальная работа.
4. Диагностикоаналитическое	Оценка эффективности проведённой работы	Май	Обследование по диагностическим методикам программы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

1. Психолого-педагогическая диагностика в программе.

Важным аспектом реализации программы сопровождения учащихся «группы риска» в колледже является проведение психодиагностических исследований с целью получения информации о динамике психического развития учащихся и планирования дальнейшей сопровождающей работы, выработки рекомендаций по оптимизации учебновоспитательного процесса, оценки эффективности развивающей работы.

Программа диагностики личности подростка

Название, автор	Цель
Методика КОС	Коммуникативные и организаторские способности
Рисунок человека (К.Маховер)	Особенности личности
Опросник Леонгарда	Акцентуации характера
Тест Айзенка «Самооценксихических состояний»	Тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность
Шкала тревожности Кондаша	Уровень межличностной, самооценочной, школьной тревожности
Опросник С.Шварца	Ценностные ориентации
Методика «Пословицы» С.М.Петровой	Сформированность нравственных представлений, особенности ценностных отношений к жизни, к людям, к самим себе
Опросник Басса-Дарки	Агрессивность, враждебность
Тест Айзенка	«Тип темперамента» Особенности темперамента

Работа с педагогами.

Цель: оптимизация взаимодействия в системе «педагог-учащийся».

Задачи: 1. Информирование педагогов об индивидуально-психологических особенностях подростка по результатам психологических исследований. 2. Обучение педагогов навыкам конструктивного, эффективного общения с подростками.

Рекомендации по конструктивному общению с подростком.

1. Применение приемов ненасильственного общения: активное слушание, Я сообщение, отказ от речевой агрессии.

1) Обращайтесь к подростку по поводу нарушения им правил поведения с помощью речевого сообщения – «Я-высказывания» («Я узнала», «Мне сообщили, »). Дайте понять, что такое поведение не прошло незамеченным, опишите его.

2) Выразите свои чувства по этому поводу («Я чувствую, что...», «Я огорчена, обеспокоена» и т.д.).

3) Укажите на возможные последствия такого поведения, как вы их видите («Это, на мой взгляд, может привести...»)

4) Выскажите свои мысли по данному поводу («Я думаю...», «Я считаю...»; «Мне кажется...»; «По-моему...»; «На мой взгляд...»).

5) Дождитесь обратной связи, дайте опровергнуть или подтвердить ваши мысли. Будьте готовы к различным реакциям подростка: кричит, молчит, опровергает, обвиняет. Работайте с ним!

6) Выставьте требования домашней «конституции»: «Я собираюсь предпринять меры» (указать, какие).

7) Выразите желание, что следовало бы сделать («Я хочу, чтобы ты бросил нарушать дисциплину, но решение за тебя принимать не могу»). Таким образом вы передаете ответственность за его поведение ему самому.

8) Напомните, что вы готовы помочь, если он захочет этого («Чем я могу помочь тебе?»). Предоставьте инициативу ему. Помогайте, а не овладевайте всей ситуацией.

9) Выразите свою уверенность в том, что он примет верное решение, непосредственно относящееся к его жизни, сохраняющее ее («Я верю, что в следующий раз ты поступишь по-другому»).

3. Выработка единых правил и требований к подростку.

1) В разговоре с подростком выразите свои чувства по поводу этого разговора, подчеркните важность таких моментов для вас («Я рада, что мы с тобой поговорили»; «Спасибо, что ты меня выслушал»; «Мне было очень важно (трудно) поговорить с тобой на эту тему»).

2) Не стоит ругать, обвинять, задавать вопросы «почему», игнорировать, делать так, чтобы подросток испытывал чувство вины, выяснять причину, уличать. Это не будет способствовать налаживанию конструктивных отношений с подростком.

4. Отказ от наказания как основного метода воспитания.

В современной педагогической практике взрослые часто используют наказание. Наказание может быть эффективным, если соблюдать следующие условия:

1) Наказывать как можно реже, только в том случае, когда без наказания нельзя обойтись, когда оно явно целесообразно.

2) Наказание не должно восприниматься подростком как месть или произвол. При наложении наказания взрослый ни в коем случае не должен демонстрировать сильный гнев или раздражение. О наказании сообщается спокойным тоном; при этом особо подчеркивается, что наказывается поступок, а не личность.

3) Наказание должно в некоторых случаях отменяться, если подросток заявляет, что он готов в будущем исправить свое поведение, не повторять своих ошибок.

5. Включение подростка в работу секций, кружков.

6. Применение необходимых психолого-педагогических мер в воспитании личности подростка:

Симптомы нарушений	Задачи развития	Методы развития
Нарушение взаимодействия со сверстниками	Научить приемам и навыкам эффективного межличностного общения со сверстниками, установления дружеских отношений, проявлению готовности к коллективным формам деятельности; обучать приемам самостоятельного разрешения конфликтов мирным путем	Участие в играх на организацию внутригруппового сотрудничества и распределения ответственности, на принятие подростком различных ролевых отношений: исполнительских, лидерских,

		контролирующих и т.д., на переживание общих чувств успеха и неудачи
Нарушение взаимодействия с педагогами	Научить устанавливать адекватные ролевые отношения с педагогами на уроках и вне их, проявлять уважение к преподавателю	Различные ролевые отношения со взрослыми: позиция ведомого, ведущего, контролирующего; принятие помощи взрослого и оказание помощи взрослому; переживание общих чувств
Несоблюдение социальных и этических норм	Подвести к осознанию необходимости принятия и соблюдения социальных и этических норм	Разработка и обязательное выполнение игровых норм поведения и взаимодействия, контроль за исполнением определенных правил другими участниками группы, в том числе взрослыми, проживание различных ситуаций в условиях соблюдения и несоблюдения необходимых норм
Неадекватное отношение к себе	Формировать адекватную позитивную «Я-концепцию» и устойчивую самооценку	Создание ситуации успеха, создание условий для осмысления подростком себя, своих поступков и социальных отношений, организация ситуативной позитивной обратной связи и продуктивной критики

3.Коррекционно-развивающая работа с подростками.

Цель: формирование навыков социально-психологической адаптации у подростков.

Групповая работа:

№	Задачи	Содержание
1.	Коррекция агрессивного поведения	Тренинг «Пойми меня»
2.		Формирование положительной нравственной направленности «Разговор о нравственности»
3.	Развитие коммуникативных и социальных навыков	Тренинг «Мы вместе»

Организационные условия проведения групповых форм работы.

1. Возраст участников: с 15 до 18 лет;
2. Численность группы: не более 10 человек;
3. Продолжительность занятий: 45 минут (1 академический час);
4. Периодичность занятий: 1 раз в неделю на протяжении 6 месяцев, с ноября по апрель;
5. Количество занятий: 24;
6. Помещение: достаточно просторное, хорошо проветренное, с преобладанием спокойных, неярких цветов в интерьере;
7. Материалы: бумага, карандаши, ручки, фломастеры, мячи, тихая спокойная музыка;
8. Структура занятий: ритуал приветствия, разминка, основное упражнение.азминки и ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и саморефлексия (при необходимости рефлексия проводится после или в процессе выполнения упражнения).
9. Перед началом занятий проводятся индивидуальные консультации с каждым подростком. После окончания групповой работы также проводятся консультации, на которых закрепляются произошедшие с детьми изменения и групповое тестирование по методикам Баса-Дарки, КОС, «Пословицы». Тестирование позволяет отследить динамику личностных изменений.

Задачи тренинговых занятий:

- 1) вселить в учащихся надежду и веру в то, что они могут управлять своей жизнью.
- 2) показать подросткам, что значит уважение.
- 3) помочь подросткам научиться мыслить позитивно
- 4) помочь подросткам научиться принимать решения – самостоятельно и в группе.
- 5) учить подростков ставить себя на место другого, понимать и чувствовать внутренний мир человека, сочувствовать другому человеку.
- 6) помочь учащимся справляться со своими страхами и стрессом.показать подросткам, как можно жить без насилия, выражая свои чувства без агрессии и конфликта.
- 7) помочь учащимся развить в себе сильные стороны своего характера.

1 блок. Коррекция агрессивного поведения.

Задачи:

- 1) Обучение подростков приемам общения, стимулирование развития их коммуникативной культуры;
- 2) Формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях;
- 3) Формирование мотивации самовоспитания и саморазвития, обеспечив ее необходимыми психологическими ресурсами и средствами;
- 4) Формирование умения справляться со стрессом;
- 5) Формирование умения делать выбор и принимать решения.

Тематический план тренинга «Пойми меня»

№	Тема	Содержание	Кол-во часов	Методическое, техническое, диагностическое, др. обеспечение
1.	Осознание и понимание своих эмоций и внутреннего состояния	Упражнение «Прогноз погоды», «Самопохвала».	1 час	Лист ватмана листы бумаги, карандаши, восковые мелки
2.	«Проблемы – на передний план» - правила взаимодействия в команде.	Упражнение «Камушек в ботинке», «Зеркало».	1 час	Бумага, карандаши.
3.	Работа с гневом и обидами	Упражнение «Спустить пар» и (или) «Шутливое письмо», «Тень».	1 час	Бумага, карандаши, корзина для бумаг.
4.	Агрессия может быть конструктивной	Игра «Датский бокс», «Обзывалки».	1 час	Изоматериалы.
5.	Что такое «Агрессивное поведение»	Упражнение «Агрессивное поведение», «Путаница».	1 час	Бумага, карандаши.
6.	Снимаем напряжение	Упражнение «Безмолвный крик», «Хочу сказать спасибо».	1 час	Изоматериалы.
7.	Формирование навыков отреагирования эмоций	Упражнение «Любовь и злость», «Компот».	1 час	
8.	Конструктивные способы разрешения конфликта.	Упражнение «Ковер мира», «Цвета».	1 час	Кусок пледа или мягкий коврик, фломастеры, клей и материалы для оформления декораций: алюминиевые блески для вышивания, бисер, ракушки и т .п.

2 блок. Формирование положительной нравственной направленности.

Нравственность (мораль) – одна из важнейших сфер человеческих отношений, полных страстей, внутренней борьбы, взлетов и падений. Моральные проблемы проходят через сердце каждого человека, касаются самых сокровенных желаний, стремлений, чаяний. Мораль – это единственное знание, которое лежит в основе оценки всех действий и деяний людей и, разумеется, всех направлений их общественной деятельности.

Задачи:

- 1) создание собственного отношения к жизни;
- 2) формирование нравственных основ личности;
- 3) формирование гуманного отношения к окружающему миру;
- 4) формирование внутренней потребности у обучающихся к самосовершенствованию
- 5) развитие умения самостоятельно принимать решение в ситуации нравственного Выбора.

Вопросы нравственного развития, воспитания, совершенствования человека волновали общество всегда и во все времена. Особенно сейчас, когда все чаще можно встретить жестокость и насилие, проблема нравственного воспитания становится все более актуальной. В личности подростка происходят качественные изменения, связанные с ростом самосознания. Подросток начинает ощущать, осознавать себя личностью. Он еще не личность в восприятии взрослых, но уже личность в собственном восприятии. Овладение комплексом нравственных требований и умений способствует его личному развитию.

В процессе занятий подростки учатся заглядывать внутрь себя, задумываться о своей жизни, своих взаимоотношениях с окружающим миром, проявлять себя в творчестве. Все занятия начинаются так, чтобы подростки учились пользоваться в своей жизни мудростью, накопленной человечеством.

Тематический план занятий-бесед «Разговор о нравственности»

№	Тема занятия:	Кол-во часов:
1.	Воспитание человечности. Настоящая мудрость.	1
2.	Кто достоин уважения. Как стать лучше.	1
3.	Разговор о совести. Помогаем другим.	1
4.	Красота души. Учимся видеть хорошее.	1
5.	Золотое правило жизни. Умение прощать.	1
6.	Тропа милосердия. Сила любви.	1
7.	Как стать счастливым. Жизнь в единстве.	1
8.	Быть ответственным. Разговор о совести.	1

3 блок. Развитие коммуникативных и социальных навыков.

Задачи:

1. овладение способами активного продуктивного общения;
2. развитие доверия к окружающим людям;
3. осознание различных видов мотивов межличностных отношений;
4. развитие представлений о ценности другого человека и себя самого;
5. усвоение способов разрешения собственных проблем.

В тренинге коммуникативных умений рассматривается формирование навыков и умений общения с группой сверстников. Воспитанникам крайне важно научиться жить среди людей, общаться с удовольствием, не избегать, а использовать любую возможность контакта с человеком для того, чтобы понять других. Проводя занятия, следует особо заботиться о создании атмосферы открытости и спонтанности, где каждый из участников может делиться своими чувствами и личным опытом без боязни быть осужденным или не принятым сверстниками. Поддерживая доброжелательное и заинтересованное отношение к другим людям, следует давать понять подросткам, что в жизни они могут быть любимы или вызывать неприязнь, быть понятыми окружающими или не понятыми, признаваемы в своих правах или нет, поэтому не стоит манипулировать другими в попытке обрести их любовь, приходить в негодование от того, что окружающие тебя не понимают или не принимают таким, какой ты есть, что следует признавать за другими ровно столько же прав, сколько считаешь необходимым иметь сам. Желательно время от времени возвращаться к обсуждению этих проблем наряду с текущими темами групповых дискуссий.

Тематический план тренинга коммуникативных и социальных умений «Мы вместе»

№	Тема	Содержание	Часы	Методическое, техническое, диагностическое, др. обеспечение
1.	Осознание себя. Умение вести беседу.	«Части моего Я» Игра-тренинг «Таможня» Умение вести разговор»	1	Бумага, наборы цветных карандашей (6 цветов)
2.	Умение слушать. Работа с чувствами.	«Слушаем молча» «Значимые люди» «Список чувств»	1	Бумага, наборы цветных карандашей

3.	Типичные проблемы. Игровой тренинг	«Мои проблемы» «Ассоциации»	1	Бумага, ручка
4.	Осознание своих идеалов. Необычный опыт общения.	«Спина к спине» «Мои идеалы» «Монстр»	1	Бумага, ручки
5.	Осознание проблем в отношениях с людьми	«Мои проблемы» «Свое пространство» «Крокодил»	1	Бумага, ручки
6.	Осознание мотивов межличностных отношений.	Выражение чувств. «Мотивы наших поступков» «Чувства без слов»	1	Бумага, ручки
7.	Мотивы наших поступков.	«Мотивы наших поступков» Обратная связь «Горячее место» «Медитация»	1	Бумага, ручки
8.	Отношения с людьми.	«Чувство благодарности» «Телеграммы» «Я в глазах других людей»	1	«Волшебная папка», бланки «телеграмм», ручки.

2) Индивидуальная работа.

Опыт психологической работы с учащимися «группы риска» в колледже показывает эффективность индивидуальных форм проведения занятий. Доверительные отношения и доброжелательная обстановка на индивидуальных занятиях создают благоприятные условия для личностного роста подростка, повышения самооценки, коррекции имеющихся негативных личностных отклонений. На индивидуальных занятиях происходит усвоение знаний, приобретённых во время групповых форм работы, а также создаются условия для самопознания, самораскрытия подростка.

Содержание индивидуальной работы с детьми «группы риска»	Цель Игры и упражнения
Формирование положительной устойчивой «Я-концепции».	«Мой портрет в лучах солнца»; «Я-реальное и я-идеальное». Самоанализ. «Автобиография».

	<p>Самоанализ «Мой темперамент». Диагностика. «Мой характер». Тест Айзенка. «Тип личности». Тест «Шесть рек» «Мои чувства, мысли и желания»; «Хочу стать личностью. Мои цели, ценности и установки. Планирование жизни» «Хочу, могу, надо». Самовоспитание «Как стать лучше. Приёмы самовоспитания» «Мои способности, интересы, достижения и успехи» и др.</p>
<p>Обучение способам выплёскивание гнева и негативных эмоций в социальноприемлемых формах.</p>	<p>«Копилка обид»; «Грустные мысли»; «Лист гнева»; метание дротиков в мишень; «Подушка-колотушка». «Воздушный шар»</p>
<p>Обучение способам релаксации и саморегуляции.</p>	<p>«Розовый куст»; «Камень у ручья»; Аутогенная тренировка; «Маяк», «Поплавок»; «Передача энергии» «Ритмичное дыхание», «плавное дыхание». Самовнушение. Позитивные установки и др.</p>

4. Диагностико-аналитический этап программы.

Оценка эффективности проведённой работы: Обследование студентов по диагностическим методикам программы

ЛИТЕРАТУРА:

1. Горелов И.Н. Умеете ли вы общаться? Книга для учащихся. – М.: Просвещение, 1991
2. Дубровина И.В. Предмет и задачи школьной психологической службы // Вопросы психологии. – 1988. – №5. – С.47-54
3. Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог, 2003. – №№30, 31
4. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003
5. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. – М., 2004
6. Панченко С. Межзвездный скиталец. Психологическая игра для учащихся 6-7 классов. // Школьный психолог, 2003. – №16
7. Практическая психология в тестах. – М., 2001
8. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Н.Ю.Хрящевой. – СПб.: «Ювента», Институт тренинга, 1999. – 256 с.
9. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000
10. Рабочая книга школьного психолога / И.В.Дубровина, М.К.Акимова, Е.М.Борисова и др. / Под ред. И.В.Дубровиной. – М.: Просвещение, 1991
11. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 1999. – Кн.1. – 384 с.
12. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей: альбом диагностических и коррекционных методик. – М.: «Романов», 2001